

**Są wyniki egzaminu ósmoklasisty.** Matematyka ciągle sprawia uczniom najwięcej kłopotu **str. 3**



**Nawałnica w Mostowlanach** powaliła kilkadziesiąt drzew. Zniszczony został cmentarz **str. 5**

**Biegi pamięci** zainaugurowały obchody 81. rocznicy Obławy Augustowskiej **str. 3**

Nr ISSN 0137-9488

Nr indeksu 350133



54 nielegalnych migrantów próbował wwieźć w ciężarówce do Polski z Litwy 37-letni kierowca pochodzący z Rumunii. Przemysł ludzi udaremnił w Budzisku funkcjonariusze Podlaskiego Oddziału SG wspólnie z podlaską KAS. Podczas kontroli okazało się, że 37-letni Rumun w naczepie przewozi nielegalnych migrantów. Było to 30 Pakistańczyków, 15 obywateli Afganistanu oraz 9 obywateli Bangladeszu. Kierowca wioził ich z Łotwy. Jak podały służby, wobec rumuńskiego kierowcy wszczęte zostanie postępowanie karne. Po przeprowadzeniu niezbędnych czynności cudzoziemcy zostaną przekazani stronie litewskiej.

**Z PROKURATORY****Trzy osoby oskarżone o produkcję narkotyków**

Trzy osoby oskarżyła Prokuratura Okręgowa w Białymstoku o udział w produkcji na dużą skalę syntetycznych narkotyków. W styczniu we wsi koło Jasionówki zlikwidowane zostało laboratorium, w którym zabezpieczono ponad 700 kg klofedronu o wartości kilkudziesięciu mln zł.

Oskarżeni mają 34-49 lat, dwaj z nich przyznali się. Akt oskarżenia w tej sprawie trafił do Sądu Okręgowego w Białymstoku - poinformowała w środę prokuratura.

Narkotykowe laboratorium działało we wsi Słomianka (powiat moniecki). Jak podała w komunikacie Prokuratura Okręgowa w Białymstoku, w połowie stycznia tego roku na przestępczą działalność trafił współwłaściciel nieruchomości. Został tam dwóch mężczyzn, którzy na jego widok zaczęli uciekać.

W domu na posesji znalazł kuwety z płynną substancją; wyczuwalny był silny, chemiczny zapach. Zawiadomiona policja odnalazła i za-

trzymała zbiegłych mężczyzn, okazało się, że ukrywali się w lesie. W Białymstoku zatrzymany został drugi ze współwłaścicieli nieruchomości.

Okazało się, że była to produkcja 3-CMC (klofedronu). Zabezpieczono w tym laboratorium blisko 38,2 kg tego syntetycznego narkotyku w formie krystalicznej oraz prawie 679,7 kg w formie płynnej. Jak szacowała w styczniu (gdy doszło do zatrzymań) policja, jego wartość na czarnym rynku sięga 36 mln zł.

Dwóch oskarżonych przyznało się, że wspólnie i w porozumieniu z nieustalonymi osobami, w celu osiągnięcia korzyści majątkowej wytwarzali znaczną ilość 3-CMC. Trzeci przyznał się jedynie do posiadania marihuany (znaleziono ją u niego w mieszkaniu), ale wyłącznie w celach leczniczych.

Cała trójka jest od początku śledztwa aresztowana. Oskarżonym grozi do 20 lat więzienia. (PAP)

**ZAROBKI ŚREDNIA PENSJA W REGIONIE TO NIECAŁE 8 TYS. ZŁ BRUTTO****Podlaskie w ogonie płac. Przyczyna tkwi w naszej gospodarce**

Region  
Maryna Jurkowska

**Średnie wynagrodzenie w pierwszych czterech miesiącach tego roku w województwie podlaskim wyniosło 7 946,55 zł brutto. To jeden z najniższych wyników w kraju i dopiero 13. miejsce wśród 16 województw. Ekspert nie ma złudzeń - za niskimi płacami stoją wieloletnie uwarunkowania gospodarcze, których nie da się szybko zmienić.**

- Nie mamy takich kierunków, które mogłyby nas mocno gospodarczo pociągnąć w górę. Województwo podlaskie zawsze było w tych poziomach niskich, ze względu po prostu na strukturę gospodarczą, opartą na przemysłach niskomarżowych i mało dynamicznych, niskotechnologicznych. Nie ma możliwości, żeby się to w dłuższym okresie zmieniło - mówi prof. Robert Ciborowski, ekonomista z Uniwersytetu w Białymstoku tłumacząc, że niskie wynagrodzenia w Podlaskiem nie są efektem chwilowego spowolnienia gospodarczego, lecz konsekwencją wieloletniej struktury gospodarki regionu.

W Podlaskiem brakuje dużych przedsiębiorstw działających w branżach nowoczesnych technologii, finansów czy usług biznesowych, które należą do najlepiej wynagradzanych sektorów gospodarki.

- Nie mamy dużych przedsiębiorstw, nie mamy dużych firm, które funkcjonują w obszarach wysokomarżowych. U nas struktura jest raczej w kierunku przemysłowej przetwórczych, gdzie

marża jest raczej niska, stąd wynagrodzenia też są niskie - wskazuje ekspert.

Dominują firmy produkcyjne oraz przedsiębiorstwa działające w sektorach o niższej rentowności. To bezpośrednio przekłada się na możliwości płacowe pracodawców. Na kiepską sytuację płacową wpływa także dominująca rola sektora publicznego.

- Najwięksi pracodawcy to są instytucje publiczne. A jeśli dominującym sektorem jest sfera budżetowa, to wynagrodzenia muszą być niskie - ocenia ekonomista.

Najnowsze dane Głównego Urzędu Statystycznego (GUS) dotyczące przeciętnych wynagrodzeń za okres stycznia-kwiecień 2026 r. pokazują, że mieszkańcy województwa podlaskiego nadal zarabiają wyraźnie mniej niż większość Polaków. Średnia miesięczna płaca brutto wyniosła 7 946,55 zł, co dało regionowi 13. miejsce w kraju.

Niższe wynagrodzenia odnotowano jedynie w województwach podkarpackim (7 908,40 zł), świętokrzyskim (7 797,47 zł) oraz warmińsko-mazurskim (7 677,63 zł).

Liderem pozostaje Mazowsze ze średnim wynagrodzeniem na poziomie 10 938,86 zł brutto. W czołówce znalazły się również Małopolska, Dolny Śląsk, Pomorze i województwo śląskie. Oznacza to, że przeciętna pensja na Mazowszu jest o blisko 3 tys. zł wyższa niż w Podlaskiem. To właśnie jeden z powodów, dla których wielu młodych specjalistów z naszego województwa szuka zatrudnienia poza regionem.

- U nas rynek przedsiębiorstw, które oferują kierownicze czy menedżerskie

stanowiska pracy, jest bardzo mały i jeśli ktoś chce pracować w tych zawodach lepiej płatnych, to najczęściej wybiera po prostu wyjazd - mówi prof. Ciborowski.

Optymistyczne może być to, że w naszym województwie widać stopniowy wzrost wynagrodzeń. W styczniu br. przeciętna płaca wynosiła 7 698,55 zł brutto, w lutym wzrosła do 7 778,33 zł, w marcu przekroczyła granicę 8 tys. zł i osiągnęła najwyższy poziom - 8 161,19 zł, by w kwietniu nieznacznie spaść do 8 044,72 zł.

I choć tendencja jest wzrostowa, nasz region nadal pozostaje daleko od krajowej średniej. Dla porównania przeciętne wynagrodzenie w gospodarce narodowej w grudniu 2025 r. wyniosło 9 813,30 zł brutto. Średnia płaca w Podlaskiem jest natomiast bardzo zbliżona do ogólnopolskiej mediany wynagrodzeń, która wyniosła 7 907,20 zł. Oznacza to, że typowy pracownik w regionie zarabia mniej więcej tyle, ile wynosi średnia wartość wynagrodzeń w Polsce, ale znacznie mniej od średniej krajowej.

Ekonomiści zwracają też uwagę, że bez napływu nowych inwestycji oraz rozwoju branż o wysokiej wartości dodanej trudno będzie znacząco poprawić pozycję województwa podlaskiego w krajowym rankingu wynagrodzeń. Bo o ile płace u nas systematycznie rosną, to o tyle podobny wzrost obserwowany jest także w pozostałych regionach kraju. To sprawia, że dystans dzielący województwo od najlepiej rozwiniętych gospodarstw części Polski utrzymuje się od wielu lat.

## Jutro w naszej gazecie Strefa Biznesu

● W powietrzu nad Bałtykiem unosi się zapach wędzonej ryby, widać nawet dym z wędzarni, więc ustawia się kolejka chętnych po świeżą, jeszcze ciepłą rybę

## Zamów prenumeratę

Kurier Poranny  
Gazeta Współczesna ☎ 85 875 07 30  
bok.prenumerata@polskapress.pl  
prenumerata.poranny.pl  
prenumerata.wspolczesna.pl

### AUGUSTÓW



Przedstawiciele lokalnych gospodarstw, producentów żywności i rękodzielników zaprezentowali swoje wyroby podczas Targów „Kupuj świadomie”, które odbyły się w weekend w Augustowie. Wydarzenie promowało świadome zakupy oraz wysoką jakość polskich produktów regionalnych. Na uczestników czekały także występy, konkursy oraz rozstrzygnięcie konkursu kulinarnego „Polska Smakuje”. - „Kupuj świadomie” to nie jest zwykły slogan reklamowy, to życiowa filozofia i wyraz nowoczesnego patriotyzmu gospodarczego - mówił Jacek Murawski z Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa w Białymstoku, organizatora wydarzenia. (AG)

### BIAŁYSTOK



Bezpieczeństwo najlepiej poznaje się w praktyce - i właśnie tak było podczas sobotniego festynu „Bezpieczny Białystok”. Plac przed Teatrem Dramatycznym wypełnił się mieszkańcami, którzy mogli z bliska zobaczyć pracę służb i instytucji odpowiedzialnych za nasze bezpieczeństwo. Nie zabrakło pokazów pierwszej pomocy, prezentacji sprzętu i pojazdów, pokazu taksy psa służbowego, konkursów oraz rozmów ze specjalistami. To była doskonała okazja, by zdobyć praktyczną wiedzę, przekonać się, jak reagować w sytuacjach zagrożenia, a przy tym spędzić czas z rodziną.

# Jeżeli jakieś słowo słyszymy kilkanaście razy dziennie, przestaje nas szokować

Rozmowa  
Mira Suchodolska (PAP)

z prof. Uniwersytetu Warszawskiego i medjoznawcą Jackiem Wasilewskim

Jeszcze dwadzieścia, trzydzieści lat temu mówiliśmy, że coś jest piękne, świetne albo doskonałe. Dziś częściej jest „zaj...ste”. Zamiast się zdenerwować - „wku...iamy się”. Czy naprawdę nasz język tak bardzo się zbrutalizował?

Tak, ale przyczyny są znacznie głębsze niż mogłoby się wydawać. Przede wszystkim ogromna część naszej komunikacji przeniosła się do mediów społecznościowych. A algorytmy mediów społecznościowych premiują wypowiedzi silnie emocjonalne, spolaryzowane, konfliktowe. Im więcej gniewu, oburzenia czy agresji, tym większa szansa, że taki komunikat zostanie zauważony. Kiedyś ludzie zabiegali o uwagę dziennikarza. To on był strażnikiem bramy, filtrował emocje, łagodził język i dopiero potem przekazywał go odbiorcom. Dziś każdy jest własnym medium i walczy bezpośrednio o uwagę milionów użytkowników. W takiej konkurencji spokojna, wyważona wypowiedź przegrywa z awanturą.

I to jest smutne, że nie tylko społeczeństwo przejęło język ulicy. Także politycy.

W demokracji politycy bardzo chcą być postrzegani jako „swoi ludzie”. Dawniej elity komunikowały się językiem dyplomacji, który wyrósł z dworskich rytuałów. Nie mówiło się wszystkiego wprost, bo chodziło o zachowanie twarzy rozmówcy i własnej. Dziś znacznie bliżej politykom do języka wiecu niż królewskiego dworu. Chcą pokazać: „jestem taki jak wy”. W efekcie język parlamentarny przestał być językiem parlamentarnym, coraz częściej staje się językiem ulicy.

Kiedyś było bardziej elegancko...

To mit. My bardzo idealizujemy przeszłość. Owszem, w radiu, oficjalnej prasie czy podczas uroczystości państwowych obowiązywał bardziej zrytualizowany język. Ale to nie znaczy, że ludzie nie przeklinali. Przeklinali. I to często. Dwudziestolecie międzywojenne wcale nie było epoką grzecznych polityków. Posłowie wyzywali się od kanalii, płatnych pacholców, zdrajców. Prasa polityczna była niezwykle agresywna i szczuła na przeciwników z ogromną pasją, marszałek Piłsudski niezadowolony z poczynań ministrów rządu lubelskiego, kazał im „kury szczać prowadzać”. Dziś patrzemy na tamte wypowiedzi przez patynę historii i wydają nam się niemal uroczyste, ale współcześni odbiorcy

odbierali je jako bardzo brutalne. Nowością nie jest więc sama agresja, lecz jej powszechność.

Paradoks polega jednak na tym, że choć przeklinamy coraz częściej, robimy to coraz mniej pomysłowo.

I to jest chyba najbardziej przykre. Antoni Słonimski powiedział, że dobry Warszawianek potrafił kłąć przez trzy minuty bez powtarzania się. Dziś bardzo trudno znaleźć podobną kreatywność. Mamy kilka żetonów językowych, które nieustannie wrzucamy do rozmowy. Powtarzamy te same słowa w kółko. Z jednej strony przekleństwa są wszechobecne, z drugiej - język staje się coraz uboższy. Powiedziałbym, że największym problemem jest nie sama obecność wulgaryzmów, ale zanik bogactwa języka.

Jest takie jedno polskie słowo na „k”, które zna chyba cały świat. Jeszcze niedawno uchodziło za wyjątkowo wulgarnie, dziś wielu ludzi używa go niemal jak przecinka...

To bardzo ciekawy proces. Przekleństwa, podobnie jak inne słowa, podlegają temu samemu mechanizmowi zmian znaczeniowych. Jeżeli używamy jakiegoś wyrazu bardzo często, z czasem zaczyna on tracić swoją siłę. To trochę jak z lekami przeciwbólowymi - organizm się do nich przyzwyczaja i żeby osiągnąć ten sam efekt, potrzebuje coraz większej dawki. Z przekleństwami jest podobnie. Jeżeli jakieś słowo słyszymy kilkanaście czy kilkadziesiąt razy dziennie, przestaje nas szokować. W przypadku słowa na „k” doszło jeszcze do czegoś innego. Ono bardzo często przestało pełnić funkcję przekleństwa. Stało się partykułą wzmacniającą. Niektórzy używają go po prostu po to, żeby podkreślić emocje albo rytm wypowiedzi, nie musi być skierowane przeciwko komuś. To oczywiście nie znaczy, że przestało być wulgarnie. Nadal jest. Natomiast jego funkcja w języku wyraźnie się zmienia.

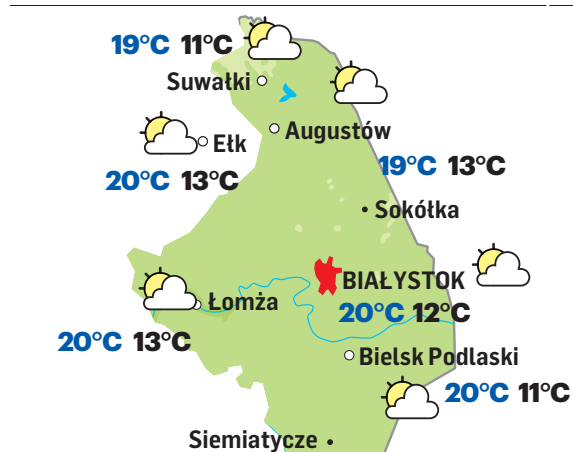
Czyli przestaje obrażać

Raczej przestaje zaskakiwać, a to duża różnica. Jeżeli chcemy kogoś naprawdę obrazić, musimy sięgnąć po coś mocniejszego albo bardziej pomysłowego. Dlatego język cały czas produkuje nowe określenia i nowe sposoby wyrażania agresji.

Polacy przeklinają częściej niż inne narody?

To zależy od tego, z kim się porównujemy. Mamy przekonanie, że jesteśmy wyjątkowi, ale większość społeczeństw uważa podobnie o sobie. Lubimy mocne emocje i lubimy je demonstrować. W tym sensie jesteśmy bliżsi południu Europy niż krajom skandynawskim.

### Pogoda w regionie



meteo prog Źródło: meteo prog.pl

### 6 LIPCA 2026

Dziś 187. dzień roku  
Do sylwestra pozostało 178 dni.

Wschód słońca w Białymstoku o godzinie 4.10, zachód o godzinie 20.54. Dzień będzie trwać 16 godzin i 44 minuty. Jest krótszy od najdłuższego w 2026 r. dnia w Białymstoku (21 czerwca) o 12 minut i dłuższy od najkrótszego w roku (21 grudnia) o 9 godzin i 11 minut.

Imieniny dziś obchodzą: Łucja, Dominik

### KALENDARIUM

## 1885

Francuski chemik i biolog Louis Pasteur (na portrecie) przeprowadził pomysłny test szczepionki przeciwko wściekliznie na pogryzionym przez chorego psa 9-letnim Josephie Meisterze.

## 1908

Wszedł do służby niemiecki pancernik „Schleswig-Holstein”. 1 września 1939 r. wziął udział w ostrzeliwaniu Westerplatte.



FOT. DOMENA PUBLICZNA

## 1990

W motelu „George” przy tzw. gierkówce koło Nadarzyna wpadli w policyjny zasadzkę przestępcy z gangu pruszkowskiego.

## 1950

Został podpisany układ zgo-rzelecki pomiędzy Polską a NRD, w którym uznano granicę na Odrze i Nysie Łużyckiej.

## 2016

Niepełnosprawny lekkoatleta i paraolimpijczyk Oscar Pistorius został ostatecznie skazany za morderstwo swojej partnerki Reevy Steenkamp na 6 lat pozbawienia wolności.

# Wyniki egzaminu ósmoklasisty. Matematyka wciąż najtrudniejsza

Edukacja  
Magda Ciasnowska, PAP

**54 proc. z matematyki, 63 proc. - z języka polskiego i 72 proc. z angielskiego. To średnie wyniki egzaminu ósmoklasisty w woj. podlaskim. W piątek Okręgowa Komisja Egzaminacyjna opublikowała wyniki tego-rocznych zmagania uczniów.**

W maju, podczas trzydniowego maratonu egzaminacyjnego, ósmoklasiści rozwiązywali zadania z języka polskiego, matematyki oraz wybranego języka obcego. W piątkowy poranek (3 lipca) poznali rezultaty swoich zmagania.

## Nieco lepiej niż przed rokiem

W województwie podlaskim do egzaminu przystąpiło w tym roku 10 124 uczniów. Z danych Okręgowej Komisji Egzaminacyjnej w Łomży wynika, że - podobnie jak w poprzednich latach - największym wyzwaniem okazała się matematyka. Średni wynik z tego przedmiotu wyniósł 54 proc. Z języka polskiego uczniowie uzyskali średnio 63 proc., natomiast najlepiej poradzi sobie z językiem angielskim, osiągając średnio 72 proc.

Tegoroczne rezultaty są nieco lepsze od ubiegłorocznych. Średni wynik z matematyki i języka angielskiego wzrósł o 4 punkty procentowe, a z języka polskiego o 1 punkt procentowy.



FOT. W. WOJTKIEWICZ/ARCHIWUM

**Egzamin ósmoklasisty pełni funkcję diagnostyczną i pokazuje poziom opanowania umiejętności - mówi Agnieszka Muzyk**

- Na mapie województwa podlaskiego absolutnym liderem jest Białystok. Mimo że do egzaminu przystąpiło tam prawie trzy tysiące uczniów, średni wynik z języka polskiego wyniósł 68,1 proc. Kolejne miejsca zajmują Łomża z wynikiem 64,7 proc. oraz Suwałki - 63,5 proc. Bardzo dobrze wypadły również powiaty kolneński, suwalski i wysokomazowiecki - mówi Agnieszka Muzyk, dyrektor OKE w Łomży.

Na tle kraju w każdym z przedmiotów województwo podlaskie wciąż osiąga rezultaty nieco niższe od średniej krajowej.

- W Polsce średni wynik z języka polskiego wyniósł 65 proc., z matematyki 55 proc., a z języka angielskiego 73 proc. - informuje Agnieszka Muzyk.

## To sprawdzienie umiejętności uczniów

Centralna Komisja Egzaminacyjna podała, że na egzaminie z języka polskiego uczniowie najlepiej poradzi sobie z zadaniem, które sprawdzało umiejętność odczytywania tekstów ikonicznych (zdjęć) oraz znajomość jednej z lektur obowiązkowych. Z matematyki uczniowie najlepiej poradzi sobie z zadaniem sprawdzającym umiejętność wykonywania działań na potęgach. Na egzaminie z języka obcego nowożytnego ósmoklasiści, którzy przystąpili do egzaminu z języka angielskiego, uzyskali najwyższy średni wynik za rozwiązanie zadania zamkniętego sprawdzającego znajomość funkcji językowych.

Egzamin wskazał również umiejętności, które ósmoklasiści opanowali słabiej. Z języka polskiego trudność sprawiło uczniom zadanie z zakresu kształcenia językowego, które sprawdzało umiejętność rozpoznawania podmiotu i przydawki w zdaniu pojedynczym. Z matematyki najtrudniejsze okazało się zadanie otwarte, którego rozwiązanie wymagało umiejętności myślenia abstrakcyjnego, sprawdzało umiejętność łączenia wiedzy z różnych działów matematyki - algebry

i geometrii przestrzennej. W przypadku angielskiego najtrudniejsze dla ósmoklasistów było zadanie otwarte sprawdzające znajomość środków językowych.

## Wynik ma znaczenie podczas rekrutacji

Chociaż egzaminu ósmoklasisty nie można nie zdać, jego wyniki mają duże znaczenie.

- Egzamin ósmoklasisty pełni funkcję diagnostyczną i pokazuje poziom opanowania umiejętności. Do tego jego wynik ma bardzo duże znaczenie podczas rekrutacji do szkół ponadpodstawowych, zwłaszcza dla uczniów ubiegających się o miejsca w najbardziej popularnych placówkach - podkreśla Agnieszka Muzyk.

Osoby, które mają wątpliwości co do przyznanej punktacji, mogą złożyć wniosek o wgląd do sprawdzzonej pracy egzaminacyjnej. Jak informuje OKE w Łomży, wniosek składa rodzic lub opiekun prawny ucznia, który uczestniczy także we wglądzie do arkusza.

- W tym roku podjęłam decyzję o wydłużeniu czasu pracy komisji. Do odwołania pracujemy również w soboty w godzinach od 8 do 16, a w dni robocze wglądy odbywają się od godz. 8 do 19. Chcemy odpowiedzieć na potrzeby mieszkańców i umożliwić jak największej liczbie osób zapoznanie się z ocenionymi pracami - mówi dyrektor OKE w Łomży.

# Konkurs na dyrektora OiFP. Wpłynął protest do urzędu marszałkowskiego

Kadry  
Urszula Śleszyńska

**Do urzędu marszałkowskiego wpłynął protest w sprawie rozstrzygnięcia konkursu na dyrektora Opery i Filharmonii Podlaskiej. Złożyła go Anna Świętochowska-Mitrosz - jedna z osób, które kandydowały na to stanowisko. Jej zdaniem konkurs przeprowadzono z „rażącym naruszeniem regulaminu”.**

W konkursie na dyrektora Opery i Filharmonii Podlaskiej startowały ostatecznie cztery osoby. Komisja konkursowa jednogłośnie rekomendowała na to stanowisko Małgorzatę Bil-Jaruzelską, obecną wiceszefową tej instytucji. Kandydaturę musi zatwierdzić jeszcze Zarząd Województwa Podlaskiego.

W ubiegłym tygodniu startująca w konkursie Anna Świętochowska-Mitrosz na swoim profilu w mediach społecznościowych napisała, że złożyła wniosek do Zarządu Województwa Podlaskiego o odrzucenie rekomendacji komisji w konkursie na dyrektora Opery i Filharmonii Podlaskiej.

- W tej chwili jesteśmy w takiej sytuacji, że rekomendacja komisji opracowana jest niezgodnie z regulaminem - mówi Anna Świętochowska-Mitrosz. - Widząc tę sytuację, w trybie informacji publicznej zapytałam o kryteria (...) Zostałam totalnie zlekceważona, czekałam

dwa tygodnie na to, żeby urząd mi odpisał, że pracowali zgodnie z regulaminem - co jest nieprawdą. Teraz zgłosiłam te nieprawidłowości do zarządu i zobaczymy co zarząd z tym zrobi. Jeśli odrzuci mój protest, to na pewno będę się dalej odwoływać. Być może pani Małgorzata Bil-Jaruzelska jest najlepszą kandydatką. Tylko my, jako mieszkańcy, ciągle nie wiemy dlaczego.

Anna Świętochowska-Mitrosz podniosła m.in. to, że brakło merytorycznych ocen kandydatów. Chciałaby, aby wyniki konkursu zostały unieważnione i żeby przeprowadzone było ponowne postępowanie. Jednak, jak sama przyznaje, nie wie czy gdyby tak się stało, wystartowałyby ponownie w konkursie, ponieważ razi ją nieprzejrzystość procedur.

Jak zapewnia rzeczniczka marszałka, urząd przeanalizuje protest. - Kandydatura Małgorzaty Bil-Jaruzelskiej nie budziła zastrzeżeń żadnego z członków komisji konkursowej, ani przedstawicieli województwa, ani ministerstwa kultury oraz reprezentantów związków zawodowych i organizacji artystycznych - twierdzi Małgorzata Półtorak. - Decyzja była jednoznaczna.

Dodaje, że w tym tygodniu, na posiedzeniu Zarządu Województwa Podlaskiego, planowane jest głosowanie nad kandydaturą przedstawioną przez komisję konkursową, która wyłoniła dyrektora OiFP.

# Spółecznicy apelują o ograniczenie wycinek. Jest petycja

Inicjatywa  
Magda Ciasnowska

**Stowarzyszenie Okolica rozpoczęło zbieranie podpisów pod internetową petycją dotyczącą ochrony najczęściej odwiedzanych terenów leśnych w Nadleśnictwie Dojlidy. Organizacja chce, aby wzdłuż popularnych szlaków turystycznych i miejsc rekreacji ograniczono prowadzenie zrębów zupełnych oraz rozszerzono obszar lasów o zwiększonej funkcji społecznej.**

- Jeśli chcecie spacerować, biegać, jeździć rowerem lub konno po trasach i wypoczywać w miejscach bez widoku zrębów pełnych - podpiszcie się pod petycją - apelują twórcy petycji.

Jak podkreślają przedstawiciele Stowarzyszenia Okolica, ich propozycje nie zostały

wcześniej uwzględnione podczas prac Zespołu Lokalnej Współpracy działającego przy nadleśnictwie. W związku z tym postanowili zwrócić się bezpośrednio do mieszkańców i zdobyć społeczne poparcie dla swoich postulatów.

- Nadleśnictwo Dojlidy przyjęło za lasy społeczne tylko te najbardziej oczywiste rejonu - lasy w obrębie Białego-stoku, tuż przy mieście, Las Klepacki, niewielkie obszary przy Wasilkowie i w Rybnikach. Natomiast cała wschodnia i północno-zachodnia część nadleśnictwa to biała plama na mapie lasów społecznych. Tak nie powinno być - mówiła podczas piątkowej konferencji prasowej Małgorzata Grabowska-Snarska ze Stowarzyszenia Okolica.

Spółecznicy chcą, aby zmiany znalazły się w Planie Urządzenia Lasu na lata 2027-2036. Proponują wyznaczenie

stref ochronnych wzdłuż uczęszczanych tras, objęcie najpopularniejszych terenów rekreacyjnych najwyższym poziomem ochrony oraz zmianę kwalifikacji części obecnych lasów społecznych tak, by skuteczniej ograniczyć prowadzenie zrębów zupełnych.

Leśnicy nie poparli tych propozycji. Wskazują, że zbyt daleko idące ograniczenia mogłyby utrudnić prowadzenie niezbędnych prac, w tym usuwanie drzew stanowiących zagrożenie dla osób korzystających z lasu. W głosowaniu Zespołu Lokalnej Współpracy postulaty stowarzyszenia nie uzyskały wymaganej większości.

- Uważamy, że arytmetyka nie może decydować o ważnych społecznych, dlatego postanowiliśmy sprawę nagłośnić i oddać głos społeczeństwu - mówiła Małgorzata Grabowska-Snarska.

Wsparcie dla inicjatywy zadeklarowali również przedstawiciele środowiska naukowego.

- Ważne aby lasy, poza ich funkcjami gospodarczymi, mogły też służyć mieszkańcom - podkreślał prof. Mirosław Ratkiewicz z Uniwersytetu w Białymstoku. - W lesie doświadczamy tego co jest bezcenne - kontaktu z naturą.

Z kolei wiceprzewodniczący Sejmiku Województwa Podlaskiego Łukasz Nazarko zapowiedział, że będzie zabiegał o poparcie tych postulatów na forum samorządu województwa.

Petycję można podpisywać w internecie, pod adresem: lasyioiby.watele.pl/petycja-dojlidy.

Nie udało nam się uzyskać stanowiska Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Białymstoku w tej sprawie.

Do tematu wrócimy.

## BIEGI PAMIĘCI

### 81. rocznica Obławy Augustowskiej

**Biegiem Pamięci Ofiar Obławy Augustowskiej rozpoczęły się w sobotę we wsi Mikaszówka obchody 81. rocznicy tej zbrodni dokonanej na Polakach przez Sowietów. Organizatorem wydarzeń jest białostocki oddział Instytutu Pamięci Narodowej.**

Czwarty Bieg Pamięci Obławy Augustowskiej miał miejsce na terenie gminy Płaska. Jego uczestnicy najpierw złożyli kwiaty przy tablicy upamiętniającej tą zbrodnię. Znajduje się ona na ścianie Gminnego Ośrodka Kultury w Płaskiej.

Po mszy świętej w kościele parafialnym w Mikaszówce blisko 300 osób - pomimo niesprzyjającej, deszczowej pogody - stawilo się na trasie biegu głównego, by przebiec odcinek 22 kilometrów w Płaskiej. Część uczestników imprezy

zdecydowała się na krótszą trasę 1945 metrów - to nawiązanie do roku, w którym miała miejsce obława. - Musimy pamiętać i przypominać w każdy sposób o tej tragedii. Po to jest ten bieg poświęcony pamięci ofiar zbrodni, której dopuścili się Sowietci - powiedział dyrektor białostockiego oddziału IPN dr Krzysztof Sychowicz. IPN poinformował, że 18 lipca zorganizuje Rajd Rowerowy Śladami Ofiar Obławy Augustowskiej a dzień później odbędą się główne uroczystości w Gibach przy Wzgórzu Krzyży, które jest miejscem symbolizującym grób ofiar Obławy Augustowskiej.

W niedzielę pierwszy Rodeziny Bieg Pamięci Ofiar Obławy Augustowskiej (na dwóch dystansach: 700 m i 5,5 km) odbył się też w Wi-grach. Wzięło w nim udział ok. 200 osób. (PAP, R)

## BIAŁYSTOK



FOT. CARITAS BIAŁYSTOK/MICHAŁ KULIKOWSKI

Wzruszenia, emocje i dużo uśmiechu. Tak w kilku słowach można podsumować XI Przegląd Małych Form Artystycznych Caritas Archidiecezji Białostockiej, który odbył się w piątek. To wyjątkowe wydarzenie, podczas którego osoby z niepełnosprawnością intelektualną oraz z doświadczeniem chorób psychicznych prezentują swoje talenty artystyczne.

W przeglądzie uczestniczyło 15 zespołów, czyli około 140 osób z całego woj. podlaskiego. - Chcemy pokazać integrację środowiska osób, które się opiekują osobami z niepełnosprawnością. Ale przede wszystkim chcemy pokazać to, że sztuka nie ma ograniczeń - zapewnił ksiądz Andrzej Ratkiewicz, dyrektor Caritas Archidiecezji Białostockiej. - Że kultura nie zna granic. Że tak naprawdę sztuka i kultura mówią językiem serca. Można się przekonać, że ci ludzie, którzy dzisiaj występują, mają ogromne serce.

Na scenie prezentowane były spektakle, scenki kabaretowe, a nawet piosenka. Wszystko w najlepszym, artystycznym stylu.

- Przegląd z roku na rok rozwija się, zmienia i rośnie - dodał Krzysztof Urbańczyk, kierownik Środowiskowego Domu Samopomocy. - Ten przegląd uczy nas tego, że talent nie idzie w parze ze zdrowiem czy niepełnosprawnością. I, że określenie „osoby niepełnosprawne” to tylko nazwa. Wiele osób zdrowych nie odważyłoby się wyjść na scenę i występować przed publicznością. Pokazujemy, że osoby z niepełnosprawnością są może czasami nawet bardziej odważne niż my. (UK)

# UwB sprzedaje dwa kolejne budynki w centrum miasta

Investycje  
PAP

**Uniwersytet w Białymstoku, w związku z planowaną rozbudową swojego kampusu o kolejne wydziały, wystawił na sprzedaż dwa budynki w centrum miasta. Oferty można składać do 2 września.**

Kampus UwB działa od ponad 10 lat, siedziby ma tam od początku kilka wydziałów. W związku z chęcią rozbudowy kampusu uczelnia sprzedaje nieruchomości, gdzie dotąd mieściły się poszczególne wydziały. W ostatnim czasie sprzedano tzw. Dom Partii, gdzie siedzibę miały wydziały: filologiczny, historii i filozofii. Studenci tych wydziałów od października rozpoczną naukę w nowym gmachu nauk humanistycznych, który wybudowano na kampusie.

Teraz na sprzedaż są dwie nieruchomości. To zabytkowy gmach przy ul. Warszawskiej, gdzie mieści się obecnie wydział ekonomii i zarządzania, oraz wystawiony na sprzedaż po raz kolejny budynek przy ul. Liniar-



FOT. UW B

Na sprzedaż są dwie nieruchomości: przy ul. Warszawskiej i Liniarskiego

skiego, w którym odbywały się zajęcia studentów wydziału filologicznego.

- Sprzedaż budynków ma związek m.in. z planowaną budową siedziby nauk społecznych w kampusie Uniwersytetu w Białymstoku przy ul. Ciołkowskiego. Jest już gotowy program funkcjonalno-użytkowy tej inwestycji, obecnie dopracowywane są kwestie finansowe przedsięwzięcia - przekazała w piątek Marta Gawina z działu promocji UwB.

Zabytkowy gmach przy ul. Warszawskiej 63 znajduje się na działce o powierzchni ponad 7 tys. metrów kwadratowych, a powierzchnia użytkowa czte-

rokondygnacyjnego budynku to 4,7 tys. mkw. Jak podaje uczelnia, to jeden z najbardziej reprezentacyjnych obiektów przy ul. Warszawskiej, zwany jest także „domem pana Trębickiego”. Budynek datowany na II poł. XIX wieku był pierwotnie budynkiem mieszkalnym ziemian i przemysłowców, później go rozbudowano i przekazano na cele dydaktyczne. Cena minimalna za tę nieruchomość wynosi ponad 25 mln zł - podała uczelnia.

Natomiast nieruchomość przy ul. Liniarskiego uczelnia wystawia po raz kolejny. Znajduje się ona w ścisłym centrum,

w sąsiedztwie tzw. Domu Partii. To pięciokondygnacyjny budynek o powierzchni blisko 1,6 tys. mkw. Uczelnia wystawia ten obiekt za cenę minimalną 8,6 mln zł.

Oferty można składać do 2 września, szczegóły dotyczące przetargów znajdują się w biuletynie informacji publicznej uczelni.

Kampus UwB otwarto w 2015 r. To największa inwestycja w dziejach uczelni; koszt budowy oraz wyposażenia obiektów w nowoczesny sprzęt to blisko 250 mln zł, w większości sfinansowany z funduszy unijnych.

## Przychodnia rodzinna w nowym miejscu. Zespół medyczny jest ten sam

Powiat białostocki  
Magda Ciasnowska

**Przychodnia rodzinna, która przez lata działała przy ul. Dolnej w Supraślu przeniosła się do pobliskich Nowodworców. Od 1 lipca właśnie tu przyjmowani są pacjenci.**

Przeprowadzka była konsekwencją zakończenia działalności przychodni w dotychczasowej siedzibie przy ul. Dolnej. Budynek został bowiem wydzierżawiony na 10 lat Fundacji Pro-Ży-

cie, która wygrała przetarg ogłoszony przez powiat. Prowadzące przez lata placówkę lekarki nie doszły z nowym dzierżawcą do porozumienia w sprawie dalszego korzystania z lokalu, dlatego zdecydowały o przeniesieniu praktyki do Nowodworców.

Choć pierwsze dni pracy upływały pod znakiem problemów technicznych, pacjenci nadal mogą korzystać z opieki tego samego zespołu medycznego.

Największym wyzwaniem okazało się przeniesienie danych pomiędzy systemami informa-

tycznymi. Z tego powodu część pacjentów, którzy zgłaszali się do przychodni w pierwszych dniach funkcjonowania, musiała ponownie wypełnić deklaracje wyboru lekarza.

- Wiele trudności sprawia migracja danych pomiędzy systemami informatycznymi. To proces bardziej dość skomplikowany. Pracowaliśmy nad tym do późnych godzin nocnych, ale wszystko wskazuje na to, że od początku przyszłego tygodnia pacjenci nie będą już musieli ponownie podpisywać deklaracji -

mówiła nam w piątek dr Bożena Narewska, jedna z lekarek prowadzących przychodnię.

Jak podkreśla lekarka, zmiana lokalizacji wywołała przede wszystkim niepokój wśród starszych mieszkańców Supraśla. - Najbardziej martwią się seniorzy, którzy nie mają własnego transportu i zastanawiają się, jak będą dojeżdżać do przychodni. To dla nich nowa sytuacja - przyznaje.

Dr Narewska uspokaja jednak pacjentów - wizyty domowe, pobieranie krwi czy wykonywa-

nie zastrzyków realizowane będzie tak samo jak dotychczas.

- Jeżeli pacjent nie może dotrzeć do przychodni z powodu stanu zdrowia, nadal będziemy do niego dojeżdżać - zapewnia.

Pierwsze dni po przeprowadzce pokazują, że większość pacjentów zdecydowała się pozostać przy swoim lekarzu rodzinnym. Jak wynika z informacji przekazanych przez przychodnię, dotychczas z opieki zespołu zrezygnowało około 30 osób spośród blisko trzech tysięcy zadeklarowanych pacjen-

tów. Ostateczna liczba będzie znana po zakończeniu procesu przenoszenia danych.

Nowa siedziba przychodni mieści się przy ul. Niemeńskiej 53 w Nowodworcach. To tam od 1 lipca została przeniesiona działalność, dokumentacja medyczna oraz zespół medyczny.

- Zmienił się adres, ale nie zmienił się zespół medyczny ani sposób sprawowania opieki. Nadal udzielamy teleporad, wystawiamy e-recepty i skierowania oraz zapewniamy ciągłość leczenia - podkreśla dr Narewska.

REKLAMA

0011547864

**POLSKA  
NATAK**



OGLĄDAJ

**TVP | info**

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ

WWW.TVP.INFO/POLSKANATAK

ORGANIZATORZY AKCJI



# Wiatr powalił kilkadziesiąt drzew, zniszczył parafialny cmentarz

Gmina Gródek  
Aneta Topczewska

**Wystarczyło kilka minut, by żywioł pokazał swoją niszczycielską siłę. Nawałnica, która przeszła przez wieś Mostowlany (gm. Gródek) powaliła potężne drzewa i zniszczyła cmentarz prawosławnej parafii pw. św. Jana Teologa. Na apel proboszcza, kilkadziesiąt osób ruszyło z pomocą przy usuwaniu skutków niszczycielskiego żywiołu. Prace porządkowe mogą potrwać jeszcze kilka dni.**



Zniszczenia po czwartkowej nawałnicy są ogromne

1 lipca, ok. godz. 17. Ściana deszczu i ogromna siła wiatru dotarła do wsi Mostowlany.

- Z przerażeniem patrzyliśmy jak wichura niszczy pobliskie ogromne drzewa - przyznaje ks. Sławomir Jakimiuk, proboszcz Parafii Prawosławnej św. Ap. Jana Teologa.

Wiatr wyrwał drzewa z korzeniami, łamał pnie - w sumie kilkadziesiąt drzew, lip wokół cerkwi już nie ma - runęły pod naporem szalejącego wiatru. Ogromne zniszczenia są też

na parafialnym cmentarzu. Na szczęście wichura oszczędziła cerkiew i plebanie, ale straty i tak są potężne. Ich skalę pokazują zdjęcia.

W ogromie zniszczeń o pomoc przy usuwaniu skutków nawałnicy proboszcz zwrócił się do ludzi dobrej woli. Sam jak zaznaczył w apelu w mediach społecznościowych - nie byłby w stanie uporządkować terenu. To niewielka parafia, liczy zaledwie... 35 osób.

Ale na odzew nie czekał długo. Już w czwartek kilku-

dziesięciu ochotników - młodszych i starszych - ruszyło z pomocą: stawili się okoliczni mieszkańcy, przyjechały osoby, które pochodzą z Mostowlan, druhowie z OSP Gródek i OSP Załuki, funkcjonariusze Straży Granicznej. Piły, rębaki, grabie poszły w ruch - wszyscy pomagali przy sprzątanii i usuwaniu powalonych drzew. Prace trwały przez kolejne dni.

Natomiast wciąż do wyćinki pozostają te drzewa, których mieszkańcy sami nie mogą usunąć (np. sosna

przed cerkwią, czy drzewa na cmentarzu) - do tego potrzebny jest już odpowiedni sprzęt, a to będzie wiązało się z dodatkowymi nakładami finansowymi.

Parafię w pokryciu kosztów usuwania skutków tej katastrofy można wesprzeć finansowo. Numer konta znajduje się na fejsbukowej stronie: Parafia Prawosławna św. Ap. Jana Teologa w Mostowlanach.

Drewniana cerkiew w Mostowlanach (wzniesiona w 1840 roku) jest zabytkiem - do rejestru została wpisana w 1987 roku. Dlatego proboszcz o zniszczeniach w parafii powiadomił też podlaskiego konserwatora zabytków.

Jednocześnie ks. Sławomir Jakimiuk już kieruje podziękowaniami do wszystkich, którzy okazali wsparcie.

- Jesteśmy ogromnie wdzięczni wszystkim za pomoc zarówno fizyczną, materialną, jak i duchową - podkreśla proboszcz. - W ich intencji zostanie odprawiona liturgia w cerkwi w Mostowlanach w niedzielę 12 lipca.

# Trwają rozmowy o przyszłości dworca kolejowego

Suwałki  
Anna Gryza-Aneszko

**Więcej miejsc parkingowych, wygodne przesiadki między autobusami i pociągami oraz nowe drogi w okolicy dworca - to najważniejsze zmiany, o których rozmawiali w Warszawie przedstawiciele Suwałk i PKP. Inwestycje mają sprawić, że po zakończeniu remontu dworzec stanie się bardziej funkcjonalny dla mieszkańców i podróżnych.**

Prezydent Suwałk Czesław Renkiewicz wspólnie z posłem Jackiem Niedźwiedzkiem spotkali się w Warszawie z Dariuszem Grajdą, wiceprezesem Zarządu PKP S.A. Celem rozmów było wypracowanie rozwiązań technicznych, które pozwolą lepiej połączyć remontowany budynek dworca z miejską infrastrukturą.

Podczas spotkania omówiono cztery najważniejsze kierunki działań. Pierwszym z nich jest zwiększenie liczby miejsc parkingowych poprzez rozbudowę zaplecza postojowego bez-

pośrednio przy modernizowanym dworcu

Kolejnym elementem planowanych zmian jest budowa nowoczesnego centrum przesiadkowego. Inwestycja ma stworzyć zintegrowany węzeł autobusowo-kolejowy, który połączy komunikację miejską z połączeniami dalekobieżnymi, ułatwiając mieszkańcom i podróżnym przesiadki. Rozmowy dotyczyły również modernizacji infrastruktury peronowej. Plan zakłada dostosowanie standardu peronów do odnowionego budynku głównego dworca, tak aby całość tworzyła spójny i funkcjonalny kompleks. Poruszono też temat przejęcia przez Miasto Suwałki części gruntów należących do PKP. Tereny te mają zostać wykorzystane pod budowę nowych dróg publicznych, które usprawnią układ komunikacyjny w tej części miasta.

Współpraca samorządu z PKP ma umożliwić realizację inwestycji, które nie tylko poprawią estetykę dworca, ale przede wszystkim zwiększą komfort podróżnych i usprawnią komunikację w Suwałkach.

REKLAMA

0011547162

**EUROPEJSKI STADION KULTURY**

Rzeszów  
25-28 czerwca  
2026

## WSCHÓD KULTURY

**INNY WYMIAR**

Białystok  
9-12 lipca 2026

**INNE BRZMIENIA**

Lublin  
2-5 lipca 2026

### ORGANIZATORZY

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego

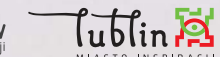


Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego



NARODOWE CENTRUM KULTURY

### PARTNERZY



### WSPÓŁORGANIZATORZY



**WAJDA - MUZYKA**

Suwałki  
20 sierpnia 2026

## KRÓTKO

### WYPADEK

## Pijany kierowca i pasażerowie

22-letni mężczyzna zginął w wypadku, jaki wydarzył się w niedzielny poranek, 5 lipca w Wólce Żabnej pod Staszowem (woj. świętokrzyskie). Cztery inne osoby, w tym 18-latek w krytycznym stanie, trafiły do szpitali. Policjanci podejrzewają, że prowadził 19-latek, mający blisko promil alkoholu w organizmie.

- Z naszych wstępnych ustaleń wynika, że kierowca Volkswagena Golfa stracił panowanie nad autem. Nie wiemy na razie w jakich okolicznościach. Volkswagen zje-

chał z trasy, uderzył w znak drogowy i dachował - opowiada starszy aspirant Joanna Szczepaniak, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Staszowie.

22-letni mężczyzna zginął na miejscu. Do szpitala trafiło czterech młodych ludzi w wieku 17-19 lat. Stan jednego z nich jest krytyczny.

Wszyscy jadący samochodem byli nietrzeźwi. 19-latek, który siedział za kierownicą, w organizmie miał około promila alkoholu. Michał Nosal

### KULTURA

## Chopin powrócił do Łazienek



Recitalem Piotra Alexewicza zainaugurowano w niedzielę 67. Sezon Koncertów Chopinowskich w Łazienkach Królewskich. Przez całe lato w każdą niedzielę o godz. 12 i 16 przed Pomnikiem Fryderyka Chopina występować będą wybitni pianiści z Polski i zagranicy.

### PROKURATURA

## Śledztwo ws. śniętych ryb

Prokuratura Rejonowa w Lwówku Śląskim wszczęła w sobotę śledztwo w sprawie śnięcia kilkunastu ton ryb po spuszczeniu wody ze zbiornika Pilchowice. Wodę ze zbiornika spuszczone, by rozpocząć remont zapory należącej do spółki Tauron Energetyka.

Śledztwo jest prowadzone w kierunku dokonania prze-

stępstwa przeciw środowisku, z artykułu 182 Kk. - Chodzi o zanieczyszczenie wody w takiej skali, że może to zagrażać życiu lub zdrowiu człowieka lub spowodować istotne obniżenie jakości wody - powiedziała rzeczniczka Prokuratury Okręgowej w Jeleniej Górze prok. Ewa Węglarowicz-Makowska. PAP

### SONDAŻ

Prezydent Karol Nawrocki pozostaje w czerwcu liderem rankingu zaufania do polityków, ufa mu 53 proc. badanych - wynika z sondażu CBOS. Na drugim miejscu plasuje się szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz (45 proc. zaufania), a na trzecim - szef MSZ Radosław Sikorski (42 proc. zaufania). Z rankingu nieufności na pierwszym miejscu znalazł się prezes PiS Jarosław Kaczyński, któremu nie ufa 57 proc. badanych.



*Ukraina nie może zostać wpuszczona do Unii Europejskiej, jeśli całkowicie nie odrzuci przyjętego dziś kierunku*

Jarosław Kaczyński prezes PiS

# Kwestie służby zdrowia i ultimatum premiera

Dorota Kowalska  
Warszawa

**Sprawa Szpitala Południowego pokazała problemy, które od lat trawią polską służbę zdrowia. Premier postanowił to zmienić, nie w sposób doraźny, ale systemowy.**

Wygląda na to, że premier Donald Tusk postanowił wziąć sprawę w swoje ręce. Służba zdrowia pograżyła już niejedną ekipę rządzącą, dzisiaj tak zwana afera Szpitala Południowego w Warszawie jest sporym kłopotem dla koalicji rządzącej.

- Nie mam żadnych wątpliwości, że kwestia Szpitala Południowego to jest już kwestia prokuratury (...). Dla rządu ważne jest, aby skutecznie wyeliminować zwyrodnienia i nadużycia, które są efektem nie tylko złej woli pojedynczych lekarzy, ale są także efektem złego systemu - oświadczył premier Tusk. - Chcę mocno podkreślić, że nie będzie żadnej wyrozumiałości wobec tych zdarzeń - podkreślił, zapowiadając „konsekwencje prawne i karne wszędzie tam, gdzie zostało złamane prawo”.

Szef rządu oświadczył, że konieczne są „systemowe rozwiązania”, które „uporają się z tymi najbardziej burzącymi praktykami”, chodzi o słynny już salonik VIP, który miał funkcjonować w Szpitalu Południowym.

- Problem o wiele powszechniejszy to jest tak zwany zeszyt szpitala, a więc zeszyt, w którym



FOT. PAP / LESZEK SZYMANSKI

**Premier Donald Tusk do wtorku czeka na propozycje rozwiązań systemowych w ochronie zdrowia**

są nazwiska tych, którzy zasługują na lepsze traktowanie. To jest obejście kolejki, czasami izolotka, ale głównie obejście kolejki. I to jest coś, co budzi absolutny sprzeciw. I to jest nieakceptowalne - mówił dalej premier.

I przekazał, powołując się na dane z NFZ, że „w 2024 roku przeprowadzono 909 kontroli, które zaowocowały 25 zawiadomieniami do prokuratury na kwotę blisko 88 milionów złotych w związku z oczywistymi nadużyciami”.

Potem Donald Tusk poinformował, że czeka do wtorku na propozycje rozwiązań syste-

mych i „precyzyjne rekomendacje” w związku z nieprawidłowościami w ochronie zdrowia. Problemy, które wymienił, to wspomniane już wyżej saloniki VIP w szpitalach, omijanie kolejek do świadczeń i bardzo wysokie zarobki niektórych medyków.

Brak tych propozycji ma oznaczać „decyzje personalne”, czyli jak łatwo się domyślać - dymisje.

Tak więc do wtorku Ministerstwo Zdrowia ma przygotować pakiet systemowych rozwiązań, które przedstawi premierowi. Donald Tusk dał nawet mini-

sterstwu pewną wskazówkę - jego zdaniem odpowiedzią na omijanie kolejek i dostawanie się do specjalistów „po znajomości” ma być centralna e-rejestracja. Tusk oczekuje, że znacznie ona działać najpóźniej do końca roku. Tyle tylko, że aby sprostać oczekiwaniom premiera, ministerstwo będzie musiało skrócić prace o trzy lata, bo planowany termin pełnego wdrożenia centralnej e-rejestracji to koniec 2029 roku.

Jej uruchomienie miałoby uniemożliwić korzystanie z publicznej ochrony zdrowia z pominięciem kolejki, bo będzie to system elektroniczny, w którym mają być zebrane wszystkie terminy do specjalistów w całym kraju.

Kolejna sprawa - uporządkowanie kwestii zarobków lekarzy. Resort musi przede wszystkim ustalić, ile medycy faktycznie zarabiają. Nie wie tego, bo dane o wynagrodzeniach, które szpitale i przychodnie przekazują Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji, są zanoniżowane. Ustawa, która to zmienia, czeka na podpis prezydenta. Nowelizacja pozwoli na zbieranie danych o wynagrodzeniach w ochronie zdrowia w powiązaniu z numerem PESEL lub numerem prawa wykonywania zawodu (PWZ).

Naczelna Rada Lekarska apelowała do prezydenta, by jej nie podpisywał. Premier wręcz przeciwnie - prosi o poparcie tego rozwiązania. PAP

# Polska przekazała Ukrainie pociski do systemów Patriot? Przydacz: Niestety, to jest bardzo prawdopodobne

Karolina Wrońska  
Warszawa

**Prezydencki minister Marcin Przydacz ocenił jako „bardzo prawdopodobne”, że polski rząd przekazywał wiosną pociski do systemów Patriot Ukrainie.**

Wicemarszałek Sejmu, lider Konfederacji Krzysztof Bosak napisał w sobotę na platformie X, że „w marcu, w tajemnicy przed Sejmem, rząd oddał Ukra-

inie drogie i trudne do kupienia pociski przechwytyjące do systemów Patriot”. Podkreślił, że „były one zakupione przez Polskę od USA w celu budowy wielowarstwowego systemu obrony przeciwlotniczej” oraz że pociski te są jedynymi na wyposażeniu polskiej armii, którymi zwalczać można rosyjskie rakiety Iskander.

Szef prezydenckiego Biura Polityki Międzynarodowej Marcin Przydacz, pytany w niedzielę w Polsat News o te donie-

sienia, powiedział, że „według jego informacji (...) niestety to jest bardzo prawdopodobne, że rząd wiosną przekazywał Ukrainie rakiety do systemów Patriot”. Poinformował, że do niedawna BPM nie dysponowało taką informacją oraz że taka decyzja nie zapadła na linii prezydent Karol Nawrocki - prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski.

W niedzielę rano Polsat News od wiceszefa MON Cezarego Tomczyka otrzymał informację:

„Lista przekazywanych donacji jest niejawną, to raz. A dwa, że w tej sprawie przechodzimy burzę drugi raz. Już raz wszyscy o to pytali i sprawa była przedmiotem licznych debat. Odkrywamy Amerykę raz jeszcze”.

Poproszona o komentarz do słów Tomczyka szefowa klubu Lewicy Anna Maria Żukowska oceniła, że „to nie jest dobra odpowiedź, dlatego, że ona nie rozwiewa wątpliwości i jest taka raczej wymijająca”. PAP

# Donald Trump z okazji 4 lipca: Najlepsze jeszcze przed nami

Anna Nagel  
Waszyngton

**Najlepsze dopiero przed nami - oświadczył prezydent USA Donald Trump podczas przemówienia wygłoszonego z okazji 250. rocznicy niepodległości Stanów Zjednoczonych.**

- Dobry wieczór, Ameryko! Jeśli wydaje się wam, że to było łatwe, to nic bardziej mylnego - powiedział Trump na początku przemówienia, które rozpoczęło się z ok. 1,5-godzinnym opóźnieniem w związku z ewakuacją parku National Mall z powodu zagrożenia burzowego. Ze względu na ryzyko goście musieli schronić się w okolicznych budynkach. Gdy zagrożenie minęło, teren wydarzenia otwarto ponownie i publiczność zaczęła wracać na widownię po kontroli bezpieczeństwa.

Podczas przemówienia prezydent USA mówił sporo o wolności, potępiał komunizm oraz chwalił się swoimi dokonaniami.

- Ten kraj jest domem wolności. To ziemia wolności, a ta flaga jest sztandarem najbardziej niezwykłego, wyjątkowego i niesamowitego narodu, jaki kiedykolwiek istniał na Ziemi - oświadczył prezydent. Zapewnił, że dziś USA są „silniejsze, bardziej wolne, bogatsze, bezpieczniejsze i dumniejsze niż kiedykolwiek wcześniej”.

Podobnie jak w piątek podczas przemówienia pod górą Ru-



Podczas trwającego 35 minut przemówienia Donald Trump mówił m.in. o amerykańskich osiągnięciach i wzbudzającym kontrowersje projekcie ustawy SAVE America Act

shmore, Trump mówił też o komunizmie. Na scenę zapraszał amerykańskich weteranów i członków ich rodzin oraz astronautów.

- Ameryka nigdy nie będzie krajem komunistycznym - zadeklarował Trump. - Nasi żołnierze nie walczyli z komunizmem na polach bitew całego świata po to, by to zagrożenie znów podniosło łeb tutaj, w Ameryce. Nie pozwolimy, by do tego doszło. (...) To tak jak z nowotworem: trzeba go wyciąć, i to jak najszybciej - oznajmił prezydent, który w ostatnim czasie kilkakrotnie atakował przeciwników

politycznych, nazywających „komunistami”.

Trump mówił również o konieczności uchwalenia ustawy Save America Act.

- Ameryka wróciła i chcemy utrzymać jej wielkość. Dokonamy tego, przyjmując ustawę „Save America Act”, która prze-

**Ten kraj jest domem wolności. Ta flaga jest sztandarem najbardziej niezwykłego narodu, jaki kiedykolwiek istniał na Ziemi**

widuje, że wszyscy wyborcy będą musieli okazać dokument tożsamości, a także przedstawić dowód obywatelstwa. Nie będzie również głosowania korespondencyjnego, z wyjątkiem przypadków choroby, niepełnosprawności, służby wojskowej lub podróży. Dzięki temu nie będzie już oszustw wyborczych - kontynuował prezydent, który od dawna żąda, by Republikanie przegłosowali tę ustawę.

Trump przekonywał też Amerykanów, że kraj „dopiero się rozpędza”. - To, co najlepsze, jest jeszcze przed nami. To dopiero świt złotej ery Ameryki.

## Wenezuela: nawet McDonald's i dworzec zamieniono w szpital

Anna Nagel  
Caracas

**Bilans ofiar śmiertelnych trzęsienia ziemi w Wenezueli wzrósł do 2954 osób. Szpitale są przepełnione. Zaimprovizowane placówki uruchomiono nawet na dworcu i w restauracji McDonald's.**

Ranne są 16 592 osoby; zniszczonych zostało 856 budynków, ponad 16 tys. ludzi straciło dach nad głową. Uruchomiono dla nich 59 obozów przejściowych. Eksperci obawiają się, że ostateczny bilans ofiar będzie znacznie wyższy. Za zaginione uznawano ponad 50 tys. osób.

W bardzo zniszczonym przez wstrząsy mieście Caraballeda, w stanie La Guaira, ponad 30 lekarzy pracuje w „szpi-

talu polowym” urządzonym w restauracji McDonald's, gdzie zdołano też zorganizować punkt przyjęć, aptekę, pomieszczenia, w których udzielana jest pomoc psychologiczna. Działa tam również schronisko, w którym odnaleziono w gruzach zwierzęta czekające na właścicieli.

Na dworcu w Catia La Mar, w trzech wielkich namiotach, zorganizowano kolejny szpital, który zdołał udzielić pomocy 4 tys. osób. Jednak dr Antonio Olazola ostrzega w rozmowie AFP, że w miarę, jak ludzie poszkodowani w trzęsieniu ziemi, lub ci, którzy stracili dach nad głową, gromadzą się w zaimprovizowanych centrach pomocy i placówkach medycznych, rośnie ryzyko wybuchu epidemii chorób zakaźnych. PAP



Szpitale są kompletnie przepełnione, dlatego medycy działają np. w restauracji czy na dworcu

## Papież Leon XIV odwiedził włoską wyspę Lampedusa i mówił o kryzysie migracyjnym

Anna Nagel  
Rzym

**Europa ma potencjał, by zmierzyć się z kryzysem migracji w sposób całościowy - wskazał Leon XIV podczas mszy św. na Lampedusie, miejscu, które przez lata przyjęło setki tysięcy migrantów.**

Włoska wyspa, oddalona o około 150 km od brzegów Afryki, leży na jednym z największych i najbardziej niebezpiecznych szlaków migracyjnych. W tym roku do Włoch drogą morską dotarło ponad 14 tys. migrantów, większość - właśnie na Lampedusę.

- Jestem wdzięczny Panu, że mogę was odwiedzić, idąc śladami papieża Franciszka, który 8 lipca 2013 roku zechciał przybyć na Lampedusę podczas swojej pierwszej podróży jako następcy Piotra - podkreślił Leon



Papież z rodziną migrantów przy Bramie Europy

XIV podczas mszy z udziałem ok. 4 tys. osób, odprawionej na terenie lokalnego obiektu sportowego.

Zaznaczył, że przybył na wyspę, by podziękować mieszkańcom Lampedusy za bliskość, którą wielu z nich okazało przy-

byszom. - Na nowo dokonał się cud współczucia - ocenił.

Papież piętnował „obojętność na dobro wspólne i korupcję w miejscach, z których wyruszają migranci; światowy system ekonomiczny, który rodzi ubóstwo i wykluczenie; lek kamienicy uprzedzenia i pogardę; przekonanie, że te problemy nas nie dotyczą; zbrodnicze kalkulacje tych, którzy zarabiają na cudzym dramacie”.

Te ostatnie słowa odnosiły się do przemytników, którzy wysyłają migrantów w łodziach i pontonach z brzegów Afryki w kierunku Europy.

Papież wyraził przekonanie, że ci, którzy pozwalają wprowadzić się w „dynamikę współczucia i miłosierdzia”, zaczynają żyć inaczej. Jak zaznaczył, trzeba dokonać wyboru: „czy podsycać logikę siły, choćby tylko przez obojętność, cynizm, kłamstwo czy

nienawiść, czy też strzec logiki pokoju przez prawdę, umiar, bliskość i troskę”.

- Z tego najdalego skrawka Europy na Morzu Śródziemnym wyraźniej widać epokowe wezwanie, przed którym zjawisko migracji stawia europejskie społeczeństwa. (...) Europa ma wyjątkowy potencjał, płynący z jej historii i kultury, a więc i równie wielką odpowiedzialność - mówił Leon XIV.

Jego zdaniem Europa, ze względu na swoje położenie geograficzne i kształt instytucjonalny, jest w stanie zmierzyć się z kryzysem migracyjnym w sposób całościowy: „włączając pierwszą pomoc w długofalowy plan strategiczny, zdolny przyjmować, chronić, promować i integrować migrantów, a zarazem działając na rzecz rozwoju, aby nikt nie był zmuszony do emigracji”. PAP

## Wracali z egzaminów, doszło do katastrofy

Marcin Koziestański  
Kinszasa

**Co najmniej 20 osób zginęło, gdy drewniana łódź przewożąca uczniów wracających z egzaminów naturalnych zatonała na styku rzek Sankuru i Kasai w Demokratycznej Republice Konga.**

Tragiczne wypadki na wodzie zdarzają się w DRK często - zauważyła agencja AP. Łodzie są przepełnione, a wiele rejsów odbywa się nocą. Niskie standardy bezpieczeństwa oraz brak infrastruktury w odległych rejonach kraju również przyczyniają się do śmierci setek ofiar wypadków na rzekach.

Administrator terytorium Ilebo w prowincji Kasai - Francois Kabula, powiedział, że z wody wydobyto zwłoki 20 osób, 80 rozbitków udało się ocalić.

Jednak Tshikudi Jean, świadek katastrofy, do której doszło w piątek, powiedział AP, że na łodzi znajdowało się ponad 200 osób.

Lokalny portal Mediacongo stwierdził, że ocaleni zawdzięczają życie szybkiej interwencji miejscowych rybaków, którzy znajdowali się w pobliżu miejsca katastrofy. Zdaniem reporterów do wypadku doszło, ponieważ przeładowana łódź nielegalnie opuściła port w środku nocy. Po dotarciu do miejsca, w którym stykały się dwa szlaki wodne, łódź „dosłownie rozpadła się na kawałki i zatonała”.

Francois Malepo, członek władz lokalnych, oświadczył, że właściciele statków nie dbają o ludzkie życie. - Załadowują na pokład zbyt wielu ludzi i zbyt dużo ładunku, nie mając na pokładzie żadnych kamizelek ratunkowych - stwierdził. PAP



 **Pociąg Marzeń**

**WSPÓŁCZESNA**  
**Kurier Poranny**

**POLSKA PRESS GRUPA**

PARTNER OGÓLNOPOLSKI  
  
**POLREGIO**

PARTNER OGÓLNOPOLSKI  
 **SKARBIEC**

PARTNER OGÓLNOPOLSKI  
  
**DRZAZGA CLINIC**  
LASEROTERAPIA & MEDYCYNA ESTETYCZNA



**PROMOSTAL**  
Klasa infrastruktury & kryogeniki tanki

  
**KOZŁOWSKI IRENEUSZ**

 **Elem**



 **spółem**  
Białystok

**DUDA DACHY**

  
**Bank Spółdzielczy w Łapach**  
Grupa SFR



FUNDACJA **Pomóż Im**  
Hospicjum dla Dzieci



 **RODE-MED**  
diagnostyka medyczna

 **RODE-MED**  
diagnostyka medyczna

 **ALE HALE.PL**



# KOBIECA TWARZ ROKU POLSKI

## KATEGORIA POKOLENIOWA: CÓRKI



● **HANNA LEWIŃSKA**  
● Wrocław

Zwyciężczynią ogólnopolskiego finału plebiscytu Kobieta Twarz Roku Polski w kategorii Córki wygrała bardzo dziwna i uszczęśliwiła. - Chociaż towarzyszył mi lekki stres, to finalnie wsparcie bliskich bardzo mi pomogło - mówi Hanna Lewińska.

Nagroda główna - samochód - to dla niej większa niezależność w codziennym funkcjonowaniu. Na co dzień korzysta z komunikacji miejskiej, co przez niepełnosprawność jest uciążliwe, dlatego samochód znacznie ułatwi jej życie i tak pełne wyzwania. - Mocno walczę z codziennością. Bardzo dużo śpię, a gdy mam więcej siły, staram się po prostu funkcjonować. Dużym wysiłkiem jest dla mnie jedzenie. Mam też problem z poruszaniem się nawet po domu. Obecnie nie jest za dobrze. Jednak wcześniej było jeszcze gorzej, dlatego cieszę się, że udało mi się zrobić lekki progres. Ból stał się moją codziennością. Jednak po diagnozie mam to szczęście, że mogę wstawać z łóżka. To dla wielu osób niewiele, a dla mnie oznacza to bardzo dużo - wyznaje laureatka.

Nadzieję, a jednocześnie planem na życie jest dla niej w przy-

szłości założenie rodziny. Mimo trudu każdego dnia nie poddaje się, znajduje w sobie siłę na walkę oraz realizowania swoich pasji, z których największą jest malowanie. Szczególnie lubi pejzaże, a jej ulubioną techniką jest malowanie rękami.

- Bardzo, cieszę się z rzeczy, które dla innych są oczywiste. Na przykład dużym sukcesem, który sprawia mi autentyczną radość jest to, gdy uda mi się normalnie zjeść. Czuję wtedy dużą ulgę. Ale mam w pamięci stan, kiedy byłam przygwożdżona do łóżka, nie miałam siły się podnieść. A dziś mogę wyjść o kulach z mamą z domu. Dla innych to coś naturalnego, coś, o czym się w ogóle nie myśli, a dla mnie to sukces, bo w głowie mam wspomnienia z czasów, kiedy było to nieosiągalne - przekazuje pani Hanna. Najważniejszą osobą w życiu naszej zwyciężczyni jest jej mama, która towarzyszy jej na każdym etapie choroby i nigdy jej nie zawiodła. To właśnie od niej otrzymała największe wsparcie i zrozumienia.

Choroba sprawiła, że pani Hanna, w pewnym sensie, straciła dzieciństwo, ale nie czuje potrzeby udowadniania swojej dorosłości. Chce nadrabiać to, czego nie mogła doświadczyć wcześniej.

## KATEGORIA POKOLENIOWA: MATKI



● **LUCYNA KRAJCZEWSKA**  
● Świecie

Zapytana o emocje po wygranej w ogólnopolskim finale plebiscytu Kobieta Twarz Roku Polski w kategorii Matki, mówi, że trudno było znaleźć słowa. - To była wielka radość. Nigdy nicnie wygrałam, nie licząc suszarki jakiegoś 20 lat temu. Kiedy przysłałam do pracy następnego dnia po ogłoszeniu wyników, od rana towarzyszył mi uśmiech od ucha do ucha. Posypały się oczywiście gratulacje. Okazało się, że mam dużą grupę wsparcia. Czuję się po prostu jak gwiazda - wspomina Lucyna Krajczewska.

Nagroda główną w plebiscycie było auto. Czy jest już plan na pierwszą podróż? - Mam grupę znajomych, są to trzy pary. Zawsze gdy gdzieś jedziemy, musimy korzystać z dwóch samochodów. Teraz na jakiegokolwiek wypadku będę mogła zabrać wszystkich bliskich i skończyć się problem z jazdą na dwa auta - mówi pani Lucyna.

Wygrała w kategorii pokoleniowej Matki. Dla niej bycie dobrą mamą to wsparcie na każdym etapie. Sama miała to szczęście, że miała je od swoich rodziców: od dzieciństwa aż do dziś, bo jej mama wciąż jest dla niej

oparciem. Rodzina jest dla pani Lucyny najważniejsza, ale jak zaznacza, stara się nie zapominać o sobie, bo uważa, że szczęśliwa mama to szczęśliwa rodzina.

Jakie wartości chciała przekazać swoim dzieciom? - Żeby zawsze były sobą. Ja zawsze jestem sobą i nigdy nikogo nie udaję, nawet bym tego nie umiała. Albo ktoś mnie lubi, albo nie. Chciałam, żeby moje dzieci takie były - i właśnie takie są. Gdy ktoś potrzebuje wsparcia, moje dzieci nigdy nie odwracają wzroku i udają, że nie widzą - mówi. Przekazała im to, co dla niej samej najważniejsze.

Nasza Kobieta Twarz Roku Polski jest bardzo energiczna. Ciągłe coś robi, najczęściej dla kogoś. Angażuje się między innymi w grupę wsparcia dla kobiet - Kobiety w centrum, gdzie wraz z innymi przypomina paniom, że nie mogą zapominać o sobie. Jak sama mówi, od zawsze lubi ludzi i chętnie uczestniczy w różnych inicjatywach. To właśnie otwartość sprawiła, że podczas Forum Kobiectwo szybko nawiązała relacje z uczestniczkami. Choć spotkały się po raz pierwszy, do dziś wzajemnie się wspierają. - To dla mnie sygnał, że otaczam się dobrymi ludźmi i to moje wielkie szczęście - podsumowuje pani Lucyna.

## KATEGORIA POKOLENIOWA: KOBIETY DOJRZAŁE



● **MARYLA KRÓL**  
● Kielce

- Powiem szczerze, że jeszcze to do mnie nie dociera. Nadal wydaje mi się, że to nie jest prawda. Jestem w totalnym szoku - przyznaje zdobywczyni tytułu Kobieta Twarz Roku Polski w kategorii Kobiety Dojrzałe. Wraz z tym tytułem Maryla Król zdobyła również nowoczesny samochód, który da jej przede wszystkim większą niezależność i ułatwi codzienne funkcjonowanie, jak mówi: - Nie będę już musiała cały czas prosić męża o podwózkę. Mieć coś swojego to wolność i niezależność.

Dodaje jednak, że choć nagroda sprawiła jej ogromną radość, największą wartość ma dla niej coś zupełnie innego. - Osiągnięcie sukcesu na skalę kraju to jest coś wyjątkowego. To nie jest wygrana na loterii, a ogromne wyróżnienie. Proszę sobie wyobrazić, ilu trzeba mieć wokół siebie życzliwych ludzi, którzy oddadzą na człowieka swój głos. Świadomość, że jest się dla tylu osób ważnym to jest prawdziwy sukces - podkreśla. Choć dziś cieszy się z ogólnopolskiego wyróżnienia i głównej nagrody, droga do tego sukcesu nie była łatwa. Przez lata wielokrotnie musiała udowodniać, że potrafi podnieść

się po najtrudniejszych życiowych doświadczeniach. Sama podkreśla, że wszystko, co osiągnęła, wypracowała własną determinacją. Jednym z najbardziej bolesnych momentów była kradzież całego towaru sprowadzonego do sklepu z Tajlandii. - Towar został rozpakowany, ale jeszcze nie trafił do sprzedaży. W nocy podjechali złodzieje ciężarówkami i praktycznie wszystko wywieźli - wspomina. Konsekwencje były dramatyczne... Straciła dom, który był zabezpieczeniem kredytu. - Musiałam zaczynać od zera - dodaje.

Nie poddała się. Najpierw zajęła się handlem używaną odzieżą, a później odkryła świat antyków, który z czasem stał się jej największą pasją i sposobem na życie. Dziś to właśnie z nim jest związana, już ponad 30 lat. Jest cenioną ekspertką z zakresu ceramiki i biżuterii, prowadzi sprzedaż internetową, transmisje na żywo, bierze udział w aukcjach i występuje w programie „Łowcy Skarbów”. Choć zawodowo osiągnęła wiele, największą siłą od zawsze czerpie z najbliższych. - Najważniejsza jest dla mnie rodzina. To nie ulega żadnej wątpliwości - podkreśla. Od 36 lat towarzyszy jej u boku również mąż, który jest dla niej ogromnym oparciem.

Więcej o akcji na [www.poranny.pl/kobiety](http://www.poranny.pl/kobiety) i [www.wspolczesna.pl/kobiety](http://www.wspolczesna.pl/kobiety)

# CZAS Z RODZINĄ

Poniedziałek, 6.07.2026

## Agnieszka Chylińska dziś stawia na rodzinę i wiarę

Po rozstaniu z O.N.A. postawiła na karierę solową. I to był strzał w „10”. Sukces przyszedł z płytą „Modern Rocking”



FOT. WIKIMEDIA

KUCHNIA • STR. 12-13

*Rabarbar* –  
warzywo, które  
smakuje jak owoc

ROŚLINY • STR. 15

*Wiciokrzew*. Wieloletni,  
odporny na mróz,  
pięknie kwitnie i pachnie

WOKÓŁ NAS • STR. 16

*Świeża woda gazowana*  
w każdej kuchni.  
Warto mieć saturator

## ► KUCHNIA

Józef Barański z synem Mateuszem uprawiają rabarbar. Plony trafiają głównie na rynek świeżych warzyw oraz do przetwórstwa. A jak sami gospodarze najchętniej jedzą rabarbar? – **Najlepsze są konfitury z jesiennych zbiorów, mają głębszy smak – mówią**

## NA TALERZU

Poleca **Anna Gwoździ**,  
dziennikarka Działu Miejskiego.  
Kocha jeść i gotować – w tej kolejności.  
Zgłębia tajniki kuchni azjatyckiej.  
Prywatnie wspiera fundacje  
i schroniska dla bezdomnych zwierząt



## Rabarbar z pola pod Ożarowem: warzywo, które smakuje jak owoc

We wsi Wyszmontów, w gminie Ożarów, na granicy powiatu opatowskiego w Świętokrzyskiem, pan Józef Barański uprawia razem z synem Mateuszem rabarbar. To rodzinna tradycja, która trwa od dziesięcioleci. Czerwone łodygi maczane w cukrze albo gotowane na kompot wielu z nas kojarzą się z dzieciństwem. Ale mało kto wie, czym ta roślina właściwie jest.

Rabarbar bywa mylony z owocem, choć botanicznie to warzywo – wykorzystujemy jego łodygi tak jakby były owocowe, choć nimi nie są. Roślina rozpoznawalna jest z daleka: czerwone łodygi i duże, zielone liście. Zbiory przypadają głównie na maj.

Sama nazwa ma rodowód sięgający starożytności. Pochodzi od łacińskiego określenia „rheum barbarum” – dosłownie rabarbaru określanego przez Rzymian jako roślina „barbarzyńska”, bo przywędrowała spoza granic znanego im świata, z Azji Środkowo-Wschodniej – z Chin i Kaukazu.

W gospodarstwie Barańskich rabarbar uprawia się od około czterdziestu lat. – To ojciec zaczął z rabarbarem w latach 80. Byliśmy jednymi z pionierów w regionie – wspomina pan Józef Barański. – Kiedyś mieliśmy nawet 8 hektarów tej rośliny, dziś trochę mniej, ale nadal to ważna część naszego gospodarstwa.

Gospodarstwo, które pan Józef przejął po rodzicach, rozrosło się dziś do około 25 hektarów upraw warzywnych. Rabarbar zajmuje w nim miejsce szczególne – to wciąż wspólny projekt ojca i syna.

Branża jednak nie rozpieszcza rolników.

– Rynek jest jak huśtawka. Kiedyś, za czasów państwowych zakładów, ceny były stabilne. Teraz są bardzo wysokie, więc wszyscy zwiększają produkcję, a potem spadają poniżej kosztów – tłumaczy rolnik.



Pan Józef Barański od ponad 40 lat uprawia rabarbar w Wyszmontowie

Zdarzały się lata, kiedy zbiory zostawały na polu, bo ich sprzedaż się nie opłacała.

– Były lata, kiedy plantacja stała niezbierana, bo się nie opłacało. Ale utrzymywaliśmy ją, licząc, że wkrótce znów będzie dochodowa – przyznaje Józef Barański.

Do tego dochodzi codzienna, żmudna praca przy samej uprawie.

– Dziś nie ma dopuszczonych herbicydów do rabarbaru, więc walka z chwastami to ręczna robota – mówi pan Józef. – Pojawiają się też nowe szkodniki i choroby.

Mimo trudności, rabarbar bronni się swoimi właściwościami: w medycynie ludowej, także tej

chińskiej sprzed wieków, ceniono go od dawna.

– Ta roślina to prawdziwy skarb dla zdrowia. Zawiera mnóstwo witamin – A, B, C, K i E, a także minerały jak fosfor, wapń i magnez. Do tego dużo błonnika i mało kalorii (surowy około 21 na 100 gramów). Minusem jest duża zawartość szczawianów, które wypłukują wapń – przekonuje rolnik z Wyszmontowa.

To właśnie ze względu na szczawiany ostrożność powinny zachować osoby z chorobami nerek, kamicią nerkową czy osteoporozą, a także małe dzieci. W Polsce sezon na rabarbar przypada głównie na maj i czerwiec, choć pierwsze

łodygi pojawiają się już pod koniec kwietnia, a zbiory mogą trwać do lipca. To ostatnie momenty, by upiec ciasto z rabarbarem.

Wśród ludowych przekonań o rabarbarze jest i takie, że potrafi „wystudzić”.

– Mówi się, że szklanka rabarbaru wystudza. Przypisuje mu się działanie obniżenia temperatury ciała, lekko przeczyszcza – zaznacza pan Józef.

A czy sprawdza się jako lekarstwo na kaca? Pan Józef nie kryje uśmiechu. – Kompot rabarbarowy rzeczywiście pomaga po zakrapianej imprezie, działa odświeżająco i nawadniająco. Ważne, by takiego

● **Czy rabarbar sprawdza się jako lekarstwo na kaca?**

● **Kompot rabarbarowy pomaga po zakrapianej imprezie, działa odświeżająco i nawadniająco.**

**Ważne, by takiego specyfiku nie słodzić. Jest też przepis na nalewkę z rabarbarami.**

● **W medycynie ludowej, także tej chińskiej sprzed wieków, rabarbar ceniono od dawna.**

Ta roślina to prawdziwy skarb dla zdrowia. Zawiera mnóstwo witamin – A, B, C, K i E, a także minerały jak fosfor, wapń i magnez. Do tego dużo błonnika i mało kalorii (surowy około 21 na 100 gramów). Minusem jest duża zawartość szczawianów (wypłukują wapń).

specyfiku nie słodzić. Jest też przepis na nalewkę z rabarbarami, ale tego już nie zdradzę – wyjaśnia.

Plony z pól Barańskich trafiają głównie na rynek świeżych warzyw oraz do przetwórstwa. A jak sami gospodarze najchętniej jedzą rabarbar?

– Najlepsze są konfitury z jesiennych zbiorów, mają głębszy smak. A kompot rabarbarowy to doskonały napój orzeźwiający, zwłaszcza po ciężkim dniu. Nie ma też jak placebo, który pieką nasze żony. Przypomina smak dzieciństwa – mówią panowie, dodając, że najprostszy przysmak z młodości to po prostu rabarbar maczany w cukrze.

## ► KUCHNIA

- **Obłędnie pyszne ciasto z rabarborem i bezą** ● Błyskawiczne ciasto z rabarborem ● **Beza Pavlova z rabarborem**
- Dżem rabarbarowy z dodatkiem pomarańczy ● **Kompot z jabłek i rabarbaru** ● Sałatka z rabarborem na słodko-słono



FOT. KATARZYNA PUCZYŃSKA

**Obłędnie pyszne ciasto z rabarborem i bezą**

● **Składniki na kruche ciasto:** 300 g mąki pszennej, 200 g masła zimnego, 100 g cukru, 5 żółtek, 1 łyżeczka proszku do pieczenia, 1 łyżeczka cukru waniliowego lub 1 łyżeczka esencji waniliowej. **Beza:** 5 białek, 250 g cukru, 1 łyżka cukru waniliowego lub 1 łyżeczka esencji waniliowej, 1 łyżka mąki ziemniaczanej. **Rabarbar:** 500 g rabarbaru, 200 g dżemu malinowego, truskawkowego lub żurawinowego, 1 łyżka mąki ziemniaczanej.

Przesiej mąkę, dodaj zimne masło i posiekaj. Dodaj żółtka, cukier, wanilię i proszek do pieczenia, zagnieć ciasto. Rozwałkuj, wyłóż na blaszkę z papierem do pieczenia, formując wyższe boki, i wstaw do lodówki. Rabarbar pokrój, podduś z dżemem (zmiksowanym, jeśli ma kawałki owoców) przez 10 minut, dodaj mąkę ziemniaczaną i gotuj jeszcze minutę. Podpiecz schłodzone ciasto 15 minut w 180 °C. Ubij białka, dodawaj stopniowo cukier, a na koniec wanilię i mąkę ziemniaczaną. Na podpieczony spód wyłóż rabarbar, a na niego bezę. Piecz 15 minut w 180 °C, potem jeszcze 15 minut w 100 °C. Gotowe.



FOT. KATARZYNA PUCZYŃSKA

**Błyskawiczne ciasto z rabarborem**

● **Składniki:** 1,5 szklanki mąki pszennej, 0,5 szklanki mąki ziemniaczanej, 3/4 szklanki cukru, 2 łyżeczki proszku do pieczenia, cukier waniliowy (16 g) lub 1 łyżeczka esencji waniliowej, 5 jajek, 250 g masła lub margaryny, 3 lub 4 łydgi rabarbaru, opcjonalnie: cukier puder do dekoracji. Umyj rabarbar, osusz; jeśli ma włóknistą skórkę, to ją obierz. Młode łydgi rabarbaru nie wymagają obierania. Pokrój rabarbar na ok. 1-cm kawałki. Rozpuść masło. Wymieszaj w misce sypkie składniki: mąkę ziemniaczaną, pszenną i proszek do pieczenia. Jajka utrzyj z cukrem i wanilią na puszystą i jasną masę. Nie wyłączając miksera, dodaj masło i sypkie składniki. Przełóż ciasto do prostokątnej blaszki wyłożonej papierem do pieczenia. Na wierzchu ciasta poukładaj kawałki rabarbaru. Piecz około 40 minut w 180 st. C. Przystudzone ciasto oprósz cukrem pudrem.



FOT. KATARZYNA PUCZYŃSKA

**Beza Pavlova z rabarborem**

● **Składniki na bezę:** 5 białek, 300 g cukru, 1 łyżeczka esencji waniliowej lub opakowanie cukru waniliowego (16 g), 1 łyżka soku z cytryny, 1 łyżka mąki ziemniaczanej. **Rabarbar:** 500 g rabarbaru, 3 łyżki dżemu wiśniowego, truskawkowego lub malinowego, 1 łyżeczka mąki ziemniaczanej, 3 łyżki wody. **Krem:** 250 g serka mascarpone, 250 g śmietanki 36 procent, 2 łyżki cukru pudru, opakowanie cukru waniliowego (16 g) lub 1 łyżeczka esencji waniliowej.

Ubij białka na sztywno, stopniowo dodając cukier. Gdy masa będzie gęsta i lśniąca, dodaj wanilię, sok z cytryny i mąkę ziemniaczaną, miksuj jeszcze 2 minuty. Wyłóż bezę na papier do pieczenia, formując okrąg z wyższymi brzegami. Piecz 1 godzinę w 120 °C (górną dolną), po czym wystudź w uchylonym piekarniku. W międzyczasie przygotuj rabarbar: pokrój go i gotuj z dżemem na małym ogniu ok. 5 minut, dodaj mąkę ziemniaczaną wymieszaną z wodą, gotuj jeszcze 2 minuty, wystudź. Śmietankę ubij z cukrem pudrem i wanilią, dodaj mascarpone i delikatnie wymieszaj. Na wystudzoną bezę wyłóż krem, a na wierzch przestudzony rabarbar. Gotowe.



FOT. KATARZYNA PUCZYŃSKA

**Dżem rabarbarowy z dodatkiem pomarańczy**

● **Składniki:** 500 g rabarbaru, 200 g cukru, 100 ml soku z pomarańczy, skórka z pomarańczy.

Rabarbar umyj i odetnij końce. Pokrój rabarbar na małe kawałki i przełóż do garnka. Pomarańcze umyj, osusz i zetrzyj skórkę. Staraj się ścierać tylko wierzchnią warstwę owocu, jak najmniej naruszając białą część. Przekrój pomarańczę i wyciśnij sok. Dodaj do rabarbaru cukier oraz sok i skórkę z pomarańczy. Wstaw garnek na mały ogień i mieszaj, aż się zagotuje. Gotuj 45 minut, co jakiś czas mieszając. Jeszcze ciepły dżem przełóż do czystego słoiczka.



FOT. ARCHIWUM

**Kompot z jabłek i rabarbaru**

● **Składniki na około 2 litrów napoju:** 4 średnie jabłka, 4 łydgi rabarbaru, 2 litry wody, cukier lub miód do smaku (opcjonalnie).

Pokrój rabarbar na 1-cm kawałki i umieść w garnku. Zalej rabarbar 1 litrem wody i gotuj przez około 10 minut. Obierz jabłka, pokrój je na ósemki i dodaj do rabarbaru. Dolej kolejny litr wody i gotuj kompot przez kolejne 10 minut. W razie potrzeby postudź kompot cukrem, miodem lub słodzikiem.



FOT. ARCHIWUM

**Sałatka z rabarborem na słodko-słono**

● **Składniki:** 1 łydga rabarbaru, 1/2 czerwonej cebuli, 1 ogórek gruntowy lub mały szklarniowy, 1 awokado, 50 g sera feta, garść rukoli lub mieszanki sałat, 1 łyżeczka miodu, 1 łyżka oliwy z oliwek, 1 łyżka soku z cytryny, sól i pieprz do smaku.

Rabarbar pokrój w cienkie plasterki. Skrop go sokiem z cytryny i dodaj miód – odstaw na 10 minut, by złagodniał. Cebulę pokrój w cienkie piórka, ogórka w półplasterki, awokado w kostkę. Fetę pokrusz. Wymieszaj wszystkie składniki z rukolą. Polej oliwą z oliwek, dopraw solą i pieprzem do smaku. W razie potrzeby dodaj więcej cytryny lub oliwy. Sałatka świetnie smakuje z dodatkiem prażonych migdałów lub pestek dyni.

## ► LUDZIE

Za namową brata dołączyła do rockowego zespołu Second Face. Wystąpił on przed grupą dwóch gwiazd estrady – Grzegorza Skawińskiego i Waldemara Tkaczyka. Muzycy zaprosili ją do współpracy i **powołali do życia formację o nazwie O.N.A.**

## PORTRET

Poleca **Paweł Gzyl**,  
redaktor  
Od wielu lat zajmuje się  
szeroko rozumianą kulturą, a jego  
pasją są wywiady z gwiazdami  
filmu, teatru i muzyki



Za jej młodzieńczym buntem skrywało się poszukiwanie akceptacji i zrozumienia. Znalazła je u boku męża i trójki dzieci. Dziś, choć wygląda ekscentrycznie, stawia na rodzinę i wiarę w Boga.

**Pierwszy koncert w życiu**

**1** Była wychowywana pod kloszem. Kiedy się urodziła, matka zwolniła się z pracy i zajmowała się nią bardzo długo. Ojciec traktował ją jak małą księżniczkę. Gdy poszła do szkoły, nikt się jednak nad nią nie roztkliwił. Dlatego wobec rówieśników i nauczycieli stała się nieśmiała i wycofana. Starła się jednak spełnić oczekiwania rodziców i początkowo uczyła się dobrze.

Jej najbliższa koleżanka, Ania, mieszkała piętro niżej. To ona zabrała ją na pierwszy koncert w życiu – występ dyskotekowego duetu Papa Dance. Spodobało jej się, choć po autografy wstydziła się iść. Słuchała potem tego, co akurat było na listach przebojów – głównie Michaela Jacksona. Kiedy zobaczyła w jednym z teledysków, że całuje inną dziewczynę, rozpłakała się, bo myślała, że śpiewa tylko dla niej.

**Wzorem starszego brata**

**2** Ojciec Agnieszki miał jasno sprecyzowany gust muzyczny – od zawsze słuchał rockowej klasyki w stylu Led Zeppelin i Deep Purple. I syn Wawrzyn poszedł w jego ślady. W połowie lat 80. zainteresował się mocnym i mrocznym metalem. Kiedy nauczył się grać na perkusji, zaczął bębnić w trójmiejskich zespołach. Zapušcił długie włosy, nosił skórzaną kurtkę i wyśmiewał muzyczny gust Agnieszki.

A ta, zafascynowana starszym bratem, robiła wszystko, aby mu się przypodobać. – Chciałam wyglądać jak on, mówić jak on, słuchać takiej muzyki jak on, więc siłą rzeczy zaczęłam sięgać po jego płyty. Kiedy poczułam jego aprobatę, pozrywałam plakaty Jacksona, odrzuciłam wszystko na rzecz długich włosów i ciężkiej muzyki – mówiła potem w „Glamour”.

**Siłę do pokonywania życiowych burz daje Agnieszce nie tylko miłość, ale też wiara w Boga**



## AGNIESZKA CHYLIŃSKA

**Zbuntowana na całego**

**3** Ponieważ Agnieszce najlepiej szło w szkole z francuskiego, rodzice postanowili, że zrobią z niej tłumaczkę, wysłał ją do Paryża i zapewnią w ten sposób dobrą przyszłość. Kiedy, będąc w liceum, dziewczyna odniosła sukces w konkursie piosenki francuskiej, za namową brata dołączyła do rockowego zespołu Second Face. Los chciał, że wystąpił on przed grupą dwóch gwiazd estrady – Grzegorza Skawińskiego i Waldemara Tkaczyka.

Zafascynowani jej możliwościami wokalnymi muzycy zaprosili ją do współpracy i powołali do życia formację o nazwie O.N.A. Agnieszka zachłystnęła się otwierającymi się przed nią możliwościami i tuż przed maturą rzuciła

BT/FOT. WIKIMEDIA

szkołę. Rodzice nie potrafili jej tego wybaczyć. Ostry konflikt sprawił, że dziewczyna wyprowadziła się z domu i zaczęła żyć na własny rachunek.

**Od złości do miłości**

**4** Zbuntowane piosenki O.N.A. szybko znalazły poklask u sfrustrowanych nastolatków. Agnieszka stała się rockową idolką, ale w głębi serca nie była szczęśliwa. Pełna złości i kompleksów, pozbawiona poczucia akceptacji, sięgnęła po alkohol, a potem po narkotyki. Konsekwencją tego były nieudane próby samobójcze. „Nie nawidziałam siebie. Chciałam się wykończyć i spalić” – mówiła później w „Mieście Kobiet”.

Agnieszka czuła się osamotniona i niezrozumiana w O.N.A. Chcąc mieć większy wpływ na muzykę grupy, ostatecznie rozstała się ze Skawińskim i Tkaczykiem. Początkowo kontynuowała śpiewanie rocka, dopiero w 2009 roku nagrała płytę, na której zaserwowała taneczny pop. Wszyscy byli w szoku – ale album stał się bestsellerem, rozpoczynając pełną sukcesów karierę solową wokalistki.

**Pokonując życiowe burze**

**5** Za tę przemianę odpowiadała oczywiście miłość. W czasach O.N.A. piosenkarka była związana z menedżerem wytwórni Sony – Krzysztofem Krysiakiem. Był to jednak toksyczny związek i nie uratowała go wizyta w urzędzie stanu cywilnego, bo małżeństwo przetrwało zaledwie 16 miesięcy. Niedługo później Agnieszka poznała grafika z Sopotu o imieniu Marek – i to był strzał w dziesiątkę.

Drugie małżeństwo piosenkarki trwa już 16 lat. Marek unika mediów – i słusznie. Jest podporą dla swej żony w trudnych chwilach, a tych w ich życiu rodzinnym nie brakuje. Para wychowuje trójkę dzieci, z których dwoje jest w spektrum autyzmu. Siłę do pokonywania życiowych burz daje Agnieszce nie tylko miłość, ale też wiara w Boga, którą odnalazła dzięki Szymonowi Hołowni, z którym pracowała niegdyś w „Mam talent”.

**Agnieszka czuła się osamotniona i niezrozumiana w O.N.A. Chcąc mieć większy wpływ na muzykę grupy, ostatecznie rozstała się ze Skawińskim i Tkaczykiem. Początkowo kontynuowała śpiewanie rocka, dopiero w 2009 roku nagrała płytę „Modern Rocking”, na której zaserwowała taneczny pop**

## ► PRZYRODA

**Wiciokrzew przewiercień to ogrodowe pnącze, które ma mnóstwo zalet.** Ma minimalne wymagania, poza posadzeniem w dobrym miejscu niewiele trzeba robić. Jest wieloletnie i odporne na mróz. Ma wspaniałe kwiaty i niezwykle piękny zapach

## PAMIĘTAJCIE O OGRODACH

Poleca **Małgorzata Mrowiec**,  
redaktorka  
Pisze o architekturze,  
zabytkach, interesuje się estetyką  
miasta, w tym kwestią  
zieleni i roślin



## Pnącze jak ogrodowe perfumy. Wiciokrzew zachwyci kwiatami i zapachem

# W

Wiciokrzewy mają sporo gatunków, a wiele z nich doczekało się też odmian ozdobnych. Wiciokrzewy ładnie kwitną, a niektóre też pięknie pachną. Moim zdaniem najbardziej pachnący jest wiciokrzew przewiercień (*Lonicera caprifolium*). To prawdziwy „król zapachu”. Jest on też znany pod dawną nazwą, która brzmi bardziej egzotycznie i romantycznie, czyli kapryfolium. Właśnie głównie pod tą nazwą trafił do literatury, jak choćby tytuł znanej przed wielu laty powieści „Róża i kapryfolium” (prawda, że lepiej brzmi niż przewiercień?).

### Jak wygląda wiciokrzew przewiercień?

Wiciokrzew przewiercień ma piękne kwiaty. Mają one ciekawy kształt – to długa rurka, zakończona tzw. koroną z jednym wąskim płatkami u dołu oraz znacznie szerszym u góry. W pączkach kwiaty są różowe, potem przechodzą przez kolor jasnorożowy, kremowy do żółtego. Jednak w zależności od odmiany kolory mogą się różnić. Późnym latem dojrzewają owoce, wyglądające jak czerwone kuleczki o lekko prześwitującej powierzchni. Uwaga: są trujące! Wiciokrzew przewiercień ma owalne liście w żywo zielonym kolorze (ich dolna strona jest lekko niebieskawa). Wyrastają one parami, naprzeciwko siebie, a ostatnie dwa pod kwiatami są zrośnięte i tworzą jakby talerzyk. Na zimę opadają.

### Jak szybko rośnie i kiedy kwitnie?

Ten wiciokrzew może mieć pędy długości kilku metrów (oficjalnie podawane są 3 m, ale zdecydowanie bywają dłuższe). Rośnie szybko, nawet około 1 m rocznie. Dolne części jego pędów drewnieją.

Kwitnie od maja do lipca, choć pojedyncze kwiaty mogą pojawiać się też później.

Kwiaty kapryfolium przepięknie pachną i są wykorzystywane w perfumiarstwie. Zapach jest opisywany jako słodki, ale to nie oddaje mu sprawiedliwości. Jest rzeczywiście słodkawy, ale nie mdły, może kojarzyć się z zapachem kwiatów pomarańczy czy cytryny. Ich aromat jest najbardziej intensywny wieczorem. Wabią one ciekawe owady, m.in. motyle zwane polskimi kolibrami, które uwielbiają kwiaty o takiej budowie (rurkowane), a dodatkowo ich gąsienice żywią się liśćmi wiciokrzewów.

### Gdzie sadić kapryfolium?

Wiciokrzew przewiercień warto sadić na pergoli, kratkach na tarasie oraz przy ścianach altan. Jednak w tym przypadku będzie potrzebował podpory, bo nie tworzy wąsów czepnych, ale jego pędy owijają się wokół podpory. Dobrze sprawdzają się wszelkie kratownice. Świetnie sobie radzi także posadzony przy zwykłym, siatkowym płocie, na którym tworzy zielono-kwiecisty żywopłot. Kapryfolium doskonale nadaje się

do obsadzania miejsc, gdzie spędzasz wieczory, bo wtedy będziesz mieć najlepszą okazję, by nacieszyć się jego aromatem.

Niestety wiciokrzew przewiercień należy do roślin trujących. Szczególnie trzeba uważać na jego owoce, które mają atrakcyjny wygląd i mogą kusić np. dzieci. Powodują one zatrucia pokarmowe, a po zjedzeniu większej ilości – także problemy oddechowe.

### Jak uprawiać wiciokrzew?

Wiciokrzew przewiercień jest wieloletnim pnączem, które dobrze zimuje w Polsce (rośnie nawet dziko na niektórych obszarach).

To pnącze ma skromne wymagania. Posadź je we w miarę żyznej i wilgotnej ziemi oraz jasnym miejscu, ale takim, gdzie słońce nie praży mocno (czyli raczej od wschodu lub zachodu niż południa; u mnie rośnie od północnego wschodu i ma się bardzo dobrze). Jedyne, czego wiciokrzew nie lubi, to stale podmokłe i ciężkie ziemie oraz podłoża bardzo suche. Nie odpowiadają mu też gleby kwaśne. Nie warto sadić go w cieniu, bo będzie wprawdzie rósł, ale na kwiaty nie mamy co liczyć.

Wiciokrzew przewiercień nie potrzebuje jakichś specjalnych zabiegów pielęgnacyjnych. Jednak, jeśli nie pada, należy go podlewać. Ziemię wokół niego warto wysćiółkować, bo dzięki temu lepiej będzie utrzymywała wilgoć. Ponadto wiciokrzew warto zasilac, stosując nawozy bogate w fosfor i potas.

Wiciokrzew kapryfolium najczęściej jest sprzedawany w postaci sadzonek w pojemnikach. Można je sadić przez cały sezon, ale najlepszą porą jest jesień i wiosna.

Wiciokrzew przewiercień kwitnie na starszych pędach, więc nie wymaga mocnego cięcia. Wyjątkiem są młode okazy, które przez pierwsze dwa-trzy lata warto przycinać wiosną. Nie będą intensywnie kwitły, ale ładnie się rozkrzewią. W kolejnych latach wykonuje się głównie cięcie sanitarne, czyli usuwa uszkodzone, połamane czy przemarznięte pędy. Robi się to wiosną, ale nie śpiesz się z tym, bo jeśli jest zimno, to dość późno wypuszczają liście i długo będą wyglądały, jakby były zaschnięte. Jeśli nasz wiciokrzew za bardzo się rozrośnie, pędy możemy skracać według potrzeb, bo dobrze znosi ten zabieg.

### Szkodniki - na co uważać?

Wiciokrzew niestety jest dość lubiany przez mszyce, dlatego warto go obserwować i po pojawieniu się szkodników zastosować oprysk, najlepiej ekologiczny. Bardziej podatne na mszyce są wiciokrzewy rosnące w słonecznych miejscach niż w lekko zacienionych, o czym przekonałam się na własnych pnączach. Natomiast jeśli zauważymy na nim zielone gąsienice z charakterystycznym kolcem na końcu odwłoka, to niekoniecznie musimy je zwalczać. Zjedzą wprawdzie nieco liści, ale wylęgają się z nich bardzo ciekawe motyle, m.in. fruzaki gołąbki.



Kwiaty kapryfolium wyrastają po kilka. Nie tylko pięknie pachną, ale w czasie kwitnienia zmieniają kolor: od różowego przez kremowy do żółtego

Marzysz o świeżej, gazowanej wodzie zawsze pod ręką, prosto z własnej kuchni? **Saturator to rozwiązanie, które pokocha wielu** – pozwala nie tylko cieszyć się ulubionym napojem, ale także dbać o planetę, redukując ilość plastikowych butelek

## ZROZUMIEĆ DZIŚ

# W

Wybierając odpowiedni saturator do wody, warto dokładnie przyjrzeć się jego konstrukcji oraz sposobowi działania. Rynek oferuje modele ręczne, które do pracy nie potrzebują prądu, oraz automatyczne, zasilane elektrycznie.

Saturatory manualne charakteryzują się prostotą obsługi – wystarczy umieścić butelkę i nacisnąć dźwignię, aby uwolnić dwutlenek węgla. Brak konieczności podłączenia do gniazdka sprawia, że są one bardzo mobilne i można je postawić w dowolnym miejscu kuchni.

Saturatory automatyczne natomiast często posiadają bardziej zaawansowane funkcje, takie jak precyzyjna regulacja poziomu nagazowania za pomocą przycisków czy wskaźników LED. Mogą także oferować cichszą pracę i stabilniejsze dozowanie gazu.

### Budowa saturatora do wody

Istotne jest także to, z jakich materiałów wykonany jest wybrany saturator do wody. Trwałe tworzywa sztuczne, stal nierdzewna czy aluminium wpływają na jego żywotność i estetykę, zapewniając, że urządzenie będzie służyć przez długi czas i harmonizować z wystrojem kuchni.

Solidna podstawa oraz stabilność to również kwestie, które gwarantują bezpieczeństwo podczas użytkowania, zapobiegając przypadkowemu przewróceniu się urządzenia. Warto zwrócić uwagę na ogólną jakość wykonania, ponieważ przekłada się ona na komfort i niezawodność codziennego użytkowania.

### System napełniania i ekonomia użytkownika saturatora do wody

Kolejnym aspektem, który wymaga uwagi przy wyborze urządzenia, jest system naboju z dwutlenkiem węgla, który zasila saturator do wody. Różne modele mogą wykorzystywać naboje o odmiennej pojemności; najczęściej spotykane są te o pojemności 425 gramów, które umożliwiają nagazowanie około 60 litrów wody. Kluczowe jest sprawdzenie dostępności takich naboju w punktach wymiany lub sprzedaży oraz ich ceny, co ma bezpośredni wpływ na długoterminowe koszty eksploatacji. Niektóre marki stosują własne, zastrzeżone systemy

naboju, co może ograniczać elastyczność w ich zakupie i wymianie. Inne oferują kompatybilność z bardziej uniwersalnymi rozwiązaniami, co często przekłada się na większą wygodę i potencjalne oszczędności.

Warto zwrócić uwagę na to, jak łatwo i szybko można zamontować oraz wymienić nabój w wybranym modelu. Proces ten powinien być intuicyjny i bezpieczny, bez konieczności używania dodatkowych narzędzi. Analiza ekonomiczna jest tutaj kluczowa, ponieważ cena samego urządzenia to tylko część wydatków. Regularne zakupy naboju stanowią znaczący element kosztów, dlatego przemyślany wybór systemu CO2 to podstawa, aby saturator do wody

faktycznie spełniał oczekiwania jako rozwiązanie opłacalne i wygodne w dłuższej perspektywie.

### Kompatybilność butelek i poziom nagazowania

Wybór butelek, które są kompatybilne z saturatorem do wody, stanowi istotny element decyzji zakupowej. Należy sprawdzić, czy urządzenie współpracuje z butelkami szklanymi, plastikowymi, czy też z obydwoma typami. Butelki szklane są często cenione za estetykę i brak przenikania zapachów, natomiast plastikowe bywają lżejsze i bardziej odporne na stłuczenia. Ważne jest, aby butelki były wolne od szkodliwych substancji, takich jak BPA, co jest gwarancją bezpie-

czeństwa dla zdrowia. Należy również zwrócić uwagę na ich pojemność – dostępne są butelki od 0,5 litra do 1,5 litra, co pozwala dostosować zakup do indywidualnych potrzeb domowników.

Sposób mocowania butelki do saturatora to kolejny detal – niektóre modele wykorzystują system dokręcania, inne zaś szybki mechanizm zatrzaskowy, który ułatwia codzienne użytkowanie. Kluczową funkcjonalnością jest również możliwość regulacji poziomu nagazowania. Nowoczesny saturator do wody pozwala użytkownikowi na wybór od delikatnie musującej po intensywnie gazowaną wodę, co umożliwia dostosowanie napoju do osobistych preferencji. Niektóre urządzenia oferują kilka predefiniowanych poziomów, inne zaś pozwalają na płynną regulację, co daje pełną kontrolę nad procesem. Sprawdzenie tych elementów zagwarantuje satysfakcję z użytkowania i pozwoli cieszyć się wodą o idealnym dla siebie stopniu nagazowania.

### Łatwość czyszczenia i dodatkowe funkcje

Aspekty związane z utrzymaniem czystości i dodatkowymi funkcjonalnościami mają duży wpływ na komfort posiadania urządzenia. Dobrze jest wybrać saturator do wody, który jest łatwy do czyszczenia. Elementy mające kontakt z wodą powinny być proste w demontażu i nadawać się do mycia, najlepiej w zmywarce, co zapewnia higienę użytkowania. Materiały, z których wykonane są poszczególne części, również decydują o łatwości konserwacji – gładkie powierzchnie bez trudno dostępnych zakamarków są zazwyczaj bardziej praktyczne.

Warto także rozważyć obecność dodatkowych udogodnień, które mogą podnieść wartość i funkcjonalność urządzenia. Niektóre modele oferują wskaźniki LED informujące o poziomie nagazowania czy stanie naboju CO2, co pozwala na bieżące monitorowanie pracy urządzenia. Inne mogą być wyposażone w mechanizmy automatycznego zrzutu ciśnienia, co zwiększa bezpieczeństwo obsługi.

Ważna jest również wielkość i kształt urządzenia – saturator do wody powinien pasować do dostępnej przestrzeni na blacie kuchennym, a jego design powinien współgrać z aranżacją wnętrza. Gwarancja producenta oraz dostępność serwisu i części zamiennych to również elementy, które warto wziąć pod uwagę, zapewniając sobie spokój ducha w przypadku ewentualnych problemów.

Wybierając model z przemyślanymi rozwiązaniami w zakresie czyszczenia i z praktycznymi dodatkami, inwestuje się w długotrwałą satysfakcję z zakupu urządzenia.



Zastanawiasz się, na co zwrócić uwagę, kupując saturator? Przychodzimy z pomocą, wskazując kluczowe aspekty, które warto rozważyć

**Marzy ci się zawsze świeża, gazowana woda? Jest na to rozwiązanie. Warto zainwestować w saturator**

Poleca **Alicja Domachowska**, redaktorka.

Zajmuje się m.in. sprawami i rzeczami, które nas otaczają. Prywatnie miłośniczka psów, jazdy na rowerze i muzyki



Dla kibiców. I nie tylko

MAGAZYN

# SPORTOWY24

**Jagiellonia Białystok w ostatnim sparingu przed udaniem się na zgrupowanie do Austrii wygrała z Pogonią Siedlce 4:1 STR. 22**



FOT. EWELINA ZGIEJ

## Druga wygrana Jagi w sparingu

**Poznaliśmy pierwszych dwóch ćwierćfinalistów Mundialu. To drużyny Francji i Maroko STR. 18-19**

**Dwa brązowe medale młodych lekkoatletów w mistrzostwach Polski do lat 18 STR. 22**

**Iga Świątek nie obroni tytułu w turnieju wielkoszlemowym w Wimbledonie STR. 23**



W OBIEKTYWIE GRZEGORZA WAJDY. Dowiodzona przez trenera Jesse'ego Marscha reprezentacja Kanady nie przyniosła wstydu kibicom. W konfrontacji z Marokiem górę wzięło jednak doświadczenie zespołu z Afryki. Półfinałści mundialu sprzed 4 lat mieli też w składzie większe osobowości - błysnęli Ounahi i Rahimi oraz Brahim Diaz - dwiema asystami

**1/8 finału na mundialu** Azzedine Ounahi pierwszym od 24 lat Afrykaninem z dubletem w fazie pucharowej

# Lwy Atlasu rozszarpały gospodarzy. Dopadły Kanadę po przerwie

Jakub Jabłoński  
redakcja@polskapress.pl

**W takich okolicznościach poznaliśmy pierwszego ćwierćfinalistę MŚ 2026 - Lwy Atlasu rozszarpały gospodarzy.**

Maroko zameldowało się jako pierwsza ekipa w ćwierćfinale tegorocznych mistrzostw świata po голу Rahimiego i dublecie Ounahiego, który ożywił grę w drugiej połowie starcia z Kanadą (3:0).

Lwy Atlasu jednocześnie zostały pierwszą afrykańską drużyną, która po raz drugi z rzędu znalazła się w ćwierćfinale mistrzostw świata. Przypomnijmy, że cztery lata temu w Katarze dotarli aż do półfinału, gdzie mu-

siady uznać wyższość... reprezentacji Francji, a następnie w meczu o trzecie miejsce przegrały nieznacznie z Chorwacją.

## Kanada napędziła stracha Maroku

Po pierwszej połowie w Houston w starciu z Kanadą dość mocno zanosilo się jednak na sensację. Marokańczycy długimi fragmentami bili głową w mur i mieli przede wszystkim problem ze zbliżeniem się do pola karnego dobrze ustawionych oraz znacznie lepiej zorganizowanych podopiecznych selekcjonera Jessego Marscha.

Współgospodarze tegorocznego mundialu (razem z USA i Meksykiem) lepiej weszli w spotkanie 1/8 finału i byli nawet bliżsi zaskoczenia Lwów Atlasu, któ-

rzy w poprzedniej rundzie po rzutach karnych sensacyjnie wyeliminowali reprezentację Holandii. Już w 4. minucie napastnik Jonathan David niepotrzebnie zwał ze strzałem i skończyło się tylko na nagrodzie pocieszenia w postaci rzutu rożnego.

Sześć minut później błąd przy wyprowadzaniu piłki popełnił Neil El Aynaoui, dzięki czemu w dogodnej sytuacji znalazł się Tani Oluwaseyi. Świetnie zachował się jednak bramkarz Maroka Yassine Bounou, który instynktownie obronił uderzenie nogą i utrzymał swój zespół w grze. Ponadto drużyna z Afryki szybko poniosła ważną stratę - w 22. minucie boiska musiał opuścić kontuzjowany Ismael Saibari, którego zastąpił Soufiane

Rahimi. To było bardzo poważne osłabienie ekipy Mohameda Ouahbiego, bo w fazie grupowej napastnik zdobył trzy bramki i był jednym z kluczowych zawodników w ofensywie.

Z każdą minutą niżej notowani w rankingu FIFA ludzie Marscha zyskiwali przewagę, jednak po zmianie stron Marokańczycy wrócili do swoich ustawień fabrycznych i wrzucili wyższy bieg, skutecznie punktując rywali. - Jestem naprawdę dumny z naszych chłopaków - mówił po meczu selekcjoner Kanady Jesse Marsch. - Byliśmy lepszą drużyną. Oni wykonali o kilka akcji więcej od nas, ale problemem nie była intensywność. Mieli trochę więcej jakości w ostatniej tercji boiska, a nam zabrakło zdolności do rozegrania decydującej akcji - ocenił na gorąco podczas pomocowej konferencji. Co istotne, Kanadyjczycy musieli walczyć bez swojego lidera Alphonso Daviesa z Bayernu Monachium, który w całym turnieju rozegrał tylko 15 minut z Republiką Południowej Afryki. Lewy obrońca w marcu zerwał więzadło krzyżowe w kolanie.

Reprezentacja spod znaku klonowego liścia pierwszy raz awansowała do fazy pucharowej i odniosła pierwsze zwycięstwa w mistrzostwach świata. W grupie B zremisowała z Bośnią i Hercegowiną 1:1, wygrała z Katarzem 6:0 i przegrała ze Szwajcarią 1:2. W 1/16 finału pokonała RPA 1:0.

## Historyczny dublet rozgrywającego

Druga odsłona zaczęła się znakomicie dla Lwów Atlasu, które w 50. minucie objęły prowadzenie. Achraf Hakimi wykonał rzut wolny z prawej strony, ale zamiast dośrodkowania zagrał płasko przed pole karne do pozostawionego bez opieki Azzedine'a Ounahiego, który technicznym uderzeniem pokonał Maxime'a Crépeau.

W 82. minucie Ounahi zdobył swoją drugą bramkę. Spory w tym udział miał Brahim Diaz, który po kontrze idealnie obsłużył partnera podaniem w polu karnym.

Pomocnik Maroka został tym samym pierwszym afrykańskim piłkarzem od czasu Senegalczyka Henriego Camary (mecz ze Szwecją w 2002 roku), z dubletem w fazie pucharowej. 180 sekund później rywali mógł pognać jeszcze Rahimi, ale piłka po jego główce zatrzymała się na poprzeczce.

Ostatecznie Rahimi przypieczętował zwycięstwo w doliczonym czasie. Marokańczycy wykorzystali rozluźnienie w szeregach obrony Kanady, przepro-

wadzili szybką kontę, a kolejną asystę dopisał sobie też Diaz.

- Muszę przyznać, że Kanada zrobiła wrażenie. Rywale zagraли na najwyższym poziomie. Dla nas jednak to nie było zaskoczenie. W drugiej połowie potrafilismy wykorzystać przestrzeń, którą nam zostawili. To był klucz do sukcesu - podsumował selekcjoner reprezentacji Maroka Mohamed Ouahbi.

W ćwierćfinale mundialu zespół z Afryki zmierzy się z triumfatorami drugiego sobotniego spotkania 1/8 Paragwaj - Francja, w którym Trójkolorowi wygrali po trafieniu z rzutu karnego Kyliana Mbappé.

Ćwierćfinał Francja - Maroko zaplanowano na 9 lipca w Foxborough na Gillette Stadium. Początek meczu o 22:00 czasu polskiego.

© P

## NAJLEPSI STRZELCY MŚ 2026

7 goli - Leo Messi (Argentyna), Kylian Mbappé (Francja).  
5 goli - Erling Haaland (Norwegia), Harry Kane (Anglia).  
4 gole - Ousmane Dembélé (Francja), Vinicius Júnior (Brazylia), Ismael Saibari (Maroko), Deniz Undav (Niemcy), Yoane Wissa (Demokratyczna Republika Konga), Julian Quinones (Meksyk).  
2 gole - Raul Jimenez (Meksyk), Azzedine Ounahi (Maroko)

**Kanada wywarła wrażenie. Rywale zagraли na najwyższym poziomie. Kluczem było wykorzystanie przestrzeni, którą nam zostawili**

**1/8 finału na mundialu** Paragwaj uprawiał żenadę, ale najgorszy był sędzia

# FRANCJA ZAGRAŁA W BRUDNĄ GRĘ. WPOTWORNYM UPALE...

Jacek Czaplewski  
redakcja@polskapress.pl

**Pierwszą ćwierćfinałową parę mistrzostw świata utworzyły Francja i Maroko. Trójkolorowi awansowali w upale przeciwko nieczysto grającemu Paragwajowi.**

Oprócz Paragwajczyków pakować walizki może również sędzia z Uzbekistanu wskazywany na antybohatera widowiska.

Mecz rozgrywany w Filadelfii o godzinie 17.00 lokalnego czasu poprzedziły alarmujące sygnały od Amerykańskiej Narodowej Służby Meteorologicznej (NHS). Według jej przewidywań w czasie gry temperatura na stadionie bez dachu miała wynosić nawet między 40 a 46 stopni Celsjusza. Choć zmiany klimatu coraz częściej stawiają przed futbolem takie wyzwania, to FIFA w przepisach nie zawarła dotąd żadnego punktu, który spowodowałby automatyczne przełożenie widowiska właśnie z powodu ekstremalnego upału.

W takich przypadkach posługuje się jedynie rekomendacją Międzynarodowej Federacji Związku Zawodowych Piłkarzy (FIFPro), uznającą 38 kresek za górną dopuszczalną granicę. Ostatecznie mecz odbył się planowo i z obowiązkowymi dwiema przerwami na uzupełnienie płynów. Zarzucił się nieba przez pełne 90 minut gry, o czym przekonali się zwłaszcza kibice z nasłonecznionych trybun, szukający wytchnienia między innymi w strefach gastronomicznych.

Jaki to był mecz? Przede wszystkim brudny, jak mawia się w slangu piłkarskim. Paragwaj nie był w ogóle zainteresowany atakowaniem, a jedynie przerywaniem akcji piekielnie silnego w ofensywie faworyta. Argentyński selekcjoner La Albirroja - Gustavo Alfaro - tłumaczył później, że innej taktyki obracać nie mógł, skoro naprzeciw stanęli piłkarze walczący o Złotą Piłkę i rekordy wszech czasów.

Widowisko okazało się więc nieatrakcyjne. Francja długo nie mogła skruszyć paragwajskiego muru. Bogiem a prawdą, w pierwszej połowie nie stworzyła sobie klarownych sytuacji. Didier Deschamps już po godzinie wpuścił na boisko Desire Doue i to był strzał w dziesiątkę. Kilka chwil po wejściu 21-latek



Za nami naprawdę brudny mecz, w którym arbiter często musiał rozdzielać piłkarzy...



Po grze w kości, w którą „zabawiali się” Paragwajczycy, kapitan Francji zignorował gratulacje od bramkarza Gilla

z PSG wywalczył bowiem jedyną bramkę, która okazała się decydującą dla losów tego spotkania. Do piłki podszedł Kylian Mbappe i strzałem w lewy róg bramkarza dogonił w klasyfikacji Lionel Messi, zdobywając siódmą bramkę w turnieju i zarazem dziewiętnastą w historii swoich występów na mistrzostwach.

Paragwajczycy myśleli, że wyjdziemy w smokingach, będziemy kreować wyłącznie ładne akcje, ale nam brudna gra też nie jest obca. I jeśli trzeba, to

potrafimy ubrudzić sobie ręce. Nawet w tym byliśmy od nich lepsi - wyznał Mbappe, któremu najwyraźniej rywale mocno zaszkodziły za skórę. Gdy wybrzmiał ostatni gwizdek, kapitan Trójkolorowych zignorował gratulacje od bramkarza Orlando Grilla uznanego za MVP meczu.

Zdecydowanie najgorzej wypadł jednak sędzia. Ilgiz Tantashev z Uzbekistanu nie panował nad tym, co działo się na boisku. Faul na rzut karny dostrzegł dopiero przed monitorem VAR,

oskarżając poszkodowanego - podobnie jak selekcjoner Paragwaju - o symulowanie. Choć Paragwajczycy grali ostro, to Uzbek nie ukarał ich ani jedną żółtą kartką. Francuski dziennik „L'Equipe” nazwał jego występ katastrofalnym i wystawił najgorszą możliwą ocenę - jedynkę.

Nie wiedziałem, że można popełnić 30 fauli i nie zostać ukaranym - pieklił się Rayan Cherki wprowadzony na końcówkę. - Dostaliśmy trzy żółte kartki, podczas gdy Paragwajczycy popełniali faule, które nie były nawet karane - zauważył selekcjoner Didier Deschamps. I miał rację, bo choćby w doliczonym czasie uderzenie w twarz Julesa Kounde pozostało bez konsekwencji. W FIFA są oburzeni poziomem sędziowania. Tantashev może już pakować walizki.

Tymczasem Francuzi zbierają siły na kolejne wyzwanie - jeszcze większe. W nadchodzącym ćwierćfinale (9 lipca, czwartek, godz. 22) los skojarzył ich bowiem z Marokiem, które rozbiło Kanadę, a wcześniej po rzutach karnych wyeliminowało Holandię i w grupie zremisowało z Brazylią. To bez wątpliwości największe wyzwanie dla głównego pretendenta, który w grupie miał to szczęście, że zagrał przeciwko drugiemu gamituruowi Norwegii, by potem trafić - już w fazie pucharowej - na słabą Szwecję.

Francja ma dobre wspomnienia z Marokiem. Zmierzyła się z nim w półfinale mundialu w Katarze, który wygrała 2:0 po golach Theo Hernandeza i Kolo Muaniego.

## FIFA holuje Argentynę? Wszystko na to wskazuje

Jacek Kmieciak  
redakcja@polskapress.pl

**PIŁKA NOŻNA. Prezydent FIFA Gianni Infantino nieroztropnie się wygadał. Po meczu 1/16 finału mundialu w wywiadzie dla oficjalnej strony FIFA oznajmił: „Dzisiaj cierpiałem z Argentyną”.**

Szef światowego futbolu Gianni Infantino po meczu Argentyna - Wyspy Zielonego Przylądka w 1/16 finału mistrzostw świata 2026 powiedział reporterowi: „Dzisiaj wieczorem cierpiałem z powodu Argentyny...”. Ale natychmiast się zreflektował i dodał: „... ale jestem neutralny”, dając do zrozumienia, że FIFA wspiera obie reprezentacje, po tym jak niemal przyznał, że chciał zwycięstwa Argentyny.

Argentyna odniosła ciężko wywalzone zwycięstwo 3:2 po dogrywce nad Wyspami Zielonego Przylądka i awansowała do 1/8 finału. Obrońcy tytułu o ćwierćfinał zmierzą się z Egipcem.

„Albiceleste” mają stosunkowo łatwą ścieżkę na tegorocznych mistrzostwach świata w porównaniu z niektórymi innymi faworytami turnieju.

Faza grupowa dla Argentyny była lekką rozgrzewką - w swojej grupie J „wylosowała” bowiem Algierię, Austrię i Jordanię, które do potęg światowego futbolu raczej nie należą. W fazie pucharowej natomiast trafiła na wspomniane już Wyspy Zielonego Przylądka. Następnie na swojej drodze spotka Egipt, który wyeliminował Australię, a Szwajcaria lub Kolumbia mogą być potencjalnym rywalem w ćwierćfinale.

W starciu z tymi wszystkimi wspomnianymi drużynami Argentyna wciąż pozostaje zdecydowanym faworytem. Dlatego nie będzie zaskoczeniem, jeśli obrońcy tytułu awansują przynajmniej do półfinału, gdzie dopiero trafią na wymagającego przeciwnika.

Francja, Hiszpania, Portugalia, Brazylia czy Anglia miały zdecydowanie trudniejsze zadanie, grając po drodze z czołowymi drużynami.

Droga Lionela Messiego do ugruntowania statusu „piłkarskiego boga” wydaje się niemal wolna od przeszkód, podczas gdy pozostali giganci będą musieli mierzyć się ze sobą nawzajem, co prawdopodobnie przełoży się na zupełnie inne statystyki.

Czy to sprawiedliwe?

Na domiar złego, sędziowie też pobłażliwie traktują „Albiceleste”. Już na otwarcie turnieju wielkie kontrowersje wzbudziła decyzja polskiego arbitra Szymona Marciniaka, który po brutalnym wejściu Messiego w Algierczyka (nadenął od tyłu łokciem Aissy Mandiego) nie pokazał Leo nawet żółtej kartki. W innej sytuacji pomocnik Alexis Mac Allister uderzył łokciem w twarz Ibrahime Mazy, po czym Algierczyk upadł na ziemię, ale Marciniak pozostawił niewzruszony i nie ukarał Argentyńczyka.

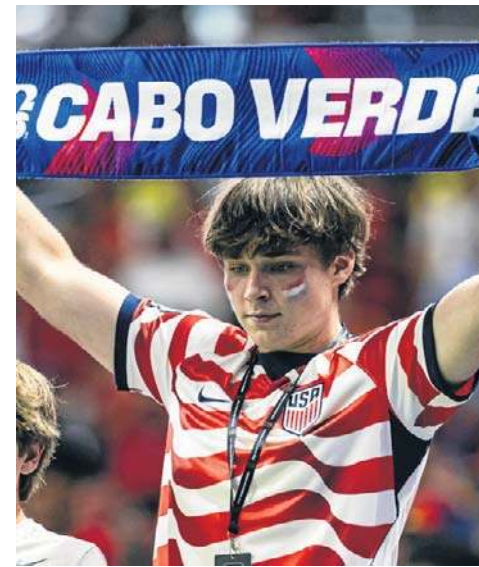
**Prezydent FIFA Gianni Infantino po meczu z Cabo Verde: „Dzisiaj wieczorem cierpiałem z powodu Argentyny... ale jestem neutralny”**

W spotkaniu z Wyspami Zielonego Przylądka kanadyjski sędzia Drew Fisher popełnił kilka błędów - wszystkie na korzyść Argentyny (choćby Messi zaatakował Lopeza Cabrala kolaniem i karkami w kostkę, ale nie ujrzał kartki, podobnie Cristian Romero po brutalnym wślizgu w Larosa Duarte czy faulu bez piłki na Jamiro Monteiro w dogrywce).

Selekcjoner Lionel Scaloni pytany o faworyzowanie Argentyny na mundialu, oznajmił krótko: „To bzdura!”. ©©



Argentyńczyk Lisandro Martinez czuł się bezkarnie w walce o piłkę z Kabowerdeńczykiem Telmo Arcanjo



**W OBIEKTYWIE GRZEGORZA WAJDY.** Najmocniej serca kibiców podbiła reprezentacja Republiki Zielonego Przylądka, która na pożegnanie z mundialem miała dogrywkę z broniącą Pucharu Świata Argentyną. 40-letniego bramkarza Vozinhe, cały radośnie grający zespół Błękitnych Rekinów i ich rozbawionych kibiców zapamiętają fani futbolu na całym świecie

**Taka była 1/16 finału** Podsumowanie pierwszej z pucharowych rund rozegranej na tegorocznym mundialu

# Ciepłe pożegnanie z Błękitnymi Rekinami

Specjalnie dla Polska Press  
Jaromir Kruk z Kanady

**Największym odkryciem tego mundialu była drużyna z Republiki Zielonego Przylądka, która w fazie pucharowej postawiła się rozpędzonej wcześniej Argentynie.**

Jako piłkarz Ronald Koeman z Holandii wziął udział w mundialu dwukrotnie. W 1990 wracał z Włoch z poczuciem niedosytu po odpadnięciu w 1/8 finału z Niemcami, w 1994 w USA w ćwierćfinale jego zespół ograł Brazylię. Chciał sobie to powtórzyć, już będąc selekcjonerem Oranje. I też się nie udało...

W grupie podopieczni Ronalda zdobyli aż 10 goli, a punkty stracili tylko w pierwszym spotkaniu z Japonią (2:2). Grali swobodnie, mieli zatem w 1/16 finału wybić mocnemu Maroku nadzieje na medal. Kibice, których mnóstwo podróżowało po USA, liczyli, że z zespołem z Afryki Holandia da pokaz ofensywnej

piłki. Taki nie nastąpił, ale i tak zespół Koemana prowadził po голу Cody'ego Gakpo, przeżywającego życiowy dramat (żona poroniła). W doliczonym czasie Oranje myślałmi chyba byli już przy 1/8 finału i głową wyrównał Issa Diop. Dogrywka wyglądała komicznie, Holandia przyglądała się jak Maroko operuje piłką i wyczekiwała na konkurs karnych - licząc na bramkarza - Barta Verbruggena. Jedenastki nie za dobrze wyszły obu drużynom, ale gorsi okazali się przedstawiciele Europy: Justin Kluvert obił słupek, Quinten Timber nie trafił w bramkę, a piłkę po uderzeniu Crysencio Summerville'a zatrzymał ręką Yassine Bounou.

Każdy może mieć własne zdanie na temat taktyki, ale my dopuściliśmy Maroko do mniejszej liczby okazji niż Szwecję czy Tunezję. Uważam, że gra piątką obrońców była konieczna - podsumował trener, który podał się do dymisji. Wpływ na nią miała fala krytyki w ojczyźnie i sprawy prywatne - choroba żony.

Holandii Koemana zarzuca się, że nie była holenderska, za bardzo skupiała się na przeciwnikach, nie grała ofensywnie - mówi Tomasz Cebula, były reprezentant Polski, który od wielu lat przebywa w tym kraju.

Fatalnie z turniejem pożegnali się Niemcy, także po karnych - lepszy był Paragwaj, a dwukrotnie, mimo interwencji Joshuy Kimmicha, wykonywania jedenastki odmówił Leon Goretzka. Julian Nagelsmann po spotkaniu z władzami związku ustąpił, ale dostanie odszkodowanie w wysokości 7 milionów euro. Ta suma nie podoba się fanom Die Mannschaft, rekompensatą ma być zatrudnienie Juergena Kloppa, podczas tego mundialu jako eksperta TV.

Do 1/8 finału przebiło się 7 europejskich ekip: Norwegia, Francja, Anglia, Belgia, Hiszpania, Portugalia, Szwajcaria. U Norwegów z WKS błysnął Erling Haaland. Anglia nie zachwycała z DR Kongo, uratował ją Harry Kane, gość urodzony do strzela-

nia bramek. Hiszpania się rozkręca, a jej golkiper ustanowił rekord mundialu pod względem minut bez puszczanego gola. Po 3:0 z Austrią uzbierał ich 519, wyprzedza Waltera Zengę (Włochy) - 517, Petera Shiltona (Anglia) - 511 i może ten wynik wyśrubować. Na jego drodze stanie teraz Cristiano Ronaldo z Portugalią, zwycięzca horroru z Chorwacją w Toronto. 41-letni CR7 wreszcie na mundialu trafił w fazie pucharowej. W doliczonym czasie Diogo Costę pokonał Josko Gvardiol, ale dopatrzono się spalonego po kontakcie z piłką Igora Matanovicia, która... musnęła jego włosy; przy weryfikacji korzystano z chipu umieszczonego wewnątrz futbolówki. - To nie ma nic wspólnego z duchem sportu - ocenił Zlatan Ibrahimović.

Dramat przeżyli Senegalczyki, którzy prowadzili 2:0 z Belgami, prezentowali się kapitalnie, ale po rozsadach w składzie doszło do diametralnej zmiany sytuacji. Gol charakternego Romelu Lukaku na 1:2, a w 89. minucie wyrównanie Youri Tielemansa po asyście Leandro Trossarda - jeszcze w cz-

**- Zespół, który nie przegrał z Hiszpanią i Urugwajem, nie może być słaby - skomplementował rywali z Zielonego Przylądka Leo Messi**

sie drugiej odsłony obaj panowie skakali sobie do gardeł, ale kiedy zdążyli to opanować. W dogrywce Tielemans pewnie wykonał rzut karny i Belgia dokonała niemożliwego...

Blisko sensacji był Zielony Przylądek - największa rewelacja tych mistrzostw - który postawił się Argentynie. Świetnie zorganizowani podopieczni Bubisty dwukrotnie doprowadzali do remisu. Mistrzowie świata potrzebowali dogrywki, a w niej wspaniałych interwencji Emiliano Martineza. Albicelestes znów ciągnął na plecach Leo Messi.

Zespół, który nie przegrał z Hiszpanią i Urugwajem, nie może być słaby. Po strzeleniu gola na 1:0 poczuliśmy się zbyt zrelaksowani, zapomnieliśmy, że na mundialu nikt się nie zamierza łatwo poddawać. To był szalenie ciężki mecz, popełniliśmy mnóstwo pomyłek, ale wierzę, że w kolejnych fazach ich unikniemy i zagramy lepiej - podsumował Messi, który na mundialach strzelił 20 goli. We wtorek argentyńskiego giganta czeka starcie z Egiptem Mohameda Salaha, szczęśliwego po wyeliminowaniu w karnych Australii. W 1/8 finału na faraonów czekano od... 1934 roku.

Pierwsza w historii mundialu awanse całej trójki gospodarzy - Kanadzie, Meksykowi i USA, zatem ręce z powodu wielkich zarobków zacierają nie tylko przedstawiciele FIFA...

## WYNIKI 1/16 FINAŁU MŚ 2026:

- RPA - Kanada 0:1**  
Eustacio 90+2.
- Brazylia - Japonia 2:1**  
Casemiro 56, Gabriel Martinelli 90+5 - Sano 29.
- Niemcy - Paragwaj 1:1 (0:1, 1:1, 1:1) po dogrywce, karnie 3:4**  
Haverts 54 - Enciso 42.
- Holandia - Maroko 1:1 (0:0, 1:1) po dogrywce, karnie 2:3**  
Gakpo 72 - I. Diop 90+1.
- WKS - Norwegia 1:2**  
A. Diallo 74 - Nusa 39, Haaland 86.
- Francja - Szwecja 3:0**  
Mbappe 45+, 74, Barcola 53.
- Meksyk - Ekwador 2:0**  
Quinones 22, R. Jimenez 31.
- Anglia - DR Kongo 2:1**  
Kane 75, 86 - Cipenga 7.
- Belgia - Senegal 3:2 (0:1, 2:2, 2:2) po dogrywce**  
Lukaku 86, Tielemans 89, 120+5 karny - H. Diarra 24, Sarr 51.
- USA - Bośnia i Hercegowina 2:0**  
Balogun 45+, Tillman 82.
- Hiszpania - Austria 3:0**  
Oyarzabal 36, 89, Porro 66.
- Portugalia - Chorwacja 2:1**  
Cristiano Ronaldo 68 karny, G. Ramos 90+4 - Perisic 53.
- Szwajcaria - Algieria 2:0**  
Embolo 10, N'Doye 46.
- Australia - Egipt 1:1 (0:0, 1:1, 1:1) po dogrywce, karnie 2:4**  
Hany sam. 55 - Ashour 13.
- Argentyna - Zielony Przylądek 3:2 (1:0, 1:1, 2:2) po dogrywce**  
Messi 29, Lisandro Martinez 92, Borges sam. 111 - Duarte 59, Cabral 103.
- Kolumbia - Ghana 1:0**  
J. Arias 14.

# Biało-Czerwoni roznieśli Austrię. Dziś Holandia

Zbigniew Czyż  
zbigniew.czyz@polskapress.pl

**Reprezentacja Polski koszykarzy zagra dziś w Krakowie ostatni mecz pierwszej fazy eliminacji mistrzostw świata 2027. Rywalem Biało-Czerwonych będzie Holandia.**

W piątek, Polacy wygrali w Wiedniu z Austrią 123:77 (24:16, 29:12, 28:29, 42:20). Biało-Czerwoni (13. miejsce w Europie i 19. na świecie w rankingu FIBA) nie mieli najmniejszych problemów z pokonaniem niżej notowanego, na dodatek mocno osłabionego brakiem pięciu kluczowych koszykarzy rywala (33. w Europie i 65. na świecie). Nawet w sytuacji, gdy zagrali bez dwóch czołowych zawodników - naturalizowanych Amerykanów Jericka Hardinga i Jordana Loyda, którzy znakomicie prezentowali się w listopadowych i lutowych meczach eliminacji.

Już po dwóch minutach polski zespół wywalczył znaczącą przewagę: 8:0, którą po 10 minutach Polska powiększyła - nad, z osłabioną nieobecnością

pięciu podstawowych koszykarzy, Austrię, w tym Sylvena Landsberga i 33-letniego Bogicia Vujosevicia, którzy byli liderami w Gdyni - do 11 „oczek”. A w połowie wynik brzmiał 53:28. Biało-Czerwoni dobrze bronili i mieli przewagę pod tablicami (zbiórki: 22:14). W drugiej połowie, choć gospodarze walczyli ambitnie, sytuacja na parkiecie nie uległa zasadniczej zmianie. Oprzewadze naszej reprezentacji świadczyły wszystkie statystyki, a najbardziej ta wskazująca na punkty zdobyte z kontrataków - Polska 16, Austria 0.

W czwartej odsłonie trener Milicić oszczędzał siły liderów, dając więcej minut zmiennikom, którzy spisywali się równie dobrze jak koledzy. W tej kwarcie polski zespół zdobył aż 42 punkty. Podopieczni trenera Aramis Naglicia, byłego zawodnika - wicemistrza olimpijskiego z Barcelony (1992), dwukrotnego mistrza Euroligi z Jugoplastiką Split (1990 i 1991), choć do końca nie odpuszczali, nie byli w stanie nawiązać wyrównanej walki.

Polacy wygrali walkę pod tablicami 38:22, mieli 30 asyst (ry-



Reprezentacja Polski koszykarzy zagra dziś w Krakowie z Holandią w el. MŚ

wale 18), w czym największą zasługą Kamila Łaczyńskiego (7), który na parkiecie był tylko 13 minut. Biało-Czerwoni mieli tylko siedem strat, podczas gdy gospodarze 15 złych podań, oraz trafili aż 63 procent rzutów za dwa punkty i 16,5% za trzy punkty (16 z 26 prób). Cztery razy (w siedmiu rzutach) uczy-

nił to Łukasz Kolenda, a wszystkie trzy trafił Przemysław Zolnierewicz.

- Jesteśmy drużyną, która zawsze pokazuje serce i energię jako zespół. Grałiśmy to, co sobie założyliśmy. Pokazaliśmy nasze DNA na parkiecie i będziemy to robić dalej. Jesteśmy trudnym rywalem dla wszyst-

kich - powiedział po meczu selekcjoner reprezentacji Polski Igor Milicić.

- Jesteśmy bardzo zadowoleni i skupieni mocno na kolejnym celu, ostatnim w tym etapie eliminacji - spotkaniu z Holandią. Tworzymy grupę ludzi o silnych charakterach, twardo grających i lubiących walkę. To

jest nasza największa przewaga. Będziemy gotowi na poniedziałkowe spotkanie - podsumował spotkanie kapitan polskiej drużyny Mateusz Ponińska.

Biało-Czerwoni prowadzą w tabeli grupy F z kompletem zwycięstw. Już po 4. kolejce zagwarantowali sobie udział w drugiej fazie kwalifikacji MŚ 2027, która rozpocznie się w sierpniu. Polscy koszykarze, którzy w MŚ uczestniczyli dwa razy (w 1967 roku piąte miejsce, a w 2019 ósme), pewni awansu do dalszej tury eliminacji Katar 2027 są de facto od marca.

Ich rywalami w drugim etapie będą zespoły z grupy E, z której awans wywalczyli już mistrzowie Europy i świata - Niemcy, Chorwaci i Izraelczycy. Na przyszłoroczne mistrzostwa świata w Katarze pojadą trzy najlepsze zespoły z sześciordzynowej grupy.

Dziś w Krakowie o godz. 18 polscy koszykarze zmierzą się w ostatnim meczu I etapu z Holendrami. Warto przypomnieć, że w Hadze Biało-Czerwoni wygrali 85:83, choć przegrywali już 21 punktami.

©©

## Radosław Gilewicz: Francja, Hiszpania i Argentyna pokazują najlepszy futbol

Zbigniew Czyż  
zbigniew.czyz@polskapress.pl

**O mundialu w USA, Kanadzie i Meksyku rozmawiamy z Radosławem Gilewiczem, byłym napastnikiem reprezentacji Polski, piłkarskim ekspertem.**

**Za nami 1/16 finału mistrzostw świata. Największa niespodzianka to odpadnięcie Niemiec z Paragwajem?** Zdecydowanie tak. Paragwaj miał swoje problemy, źle rozpoczął mundial i nikt się nie spodziewał, że wyeliminuje akurat naszych zachodnich sąsiadów. Odpadła też Holandia z Marokiem, ale ten zespół ma swoją jakość i jak na razie prezentuje się bardzo dobrze, co pokazał także w 1/8 finału, eliminując bez problemów gospodarzy Kanadę.

**W 1/8 finału nie brakuje emocji, spotkania rozgrywane są na coraz wyższym poziomie. Na które ostrzy pan sobie najbardziej apetyt?**

Najciekawiej zapowiada się starcie Portugalii z Hiszpanią. W tym pojedynku stawiam na Hiszpanów. Owszem, zespół Cristiano Ronaldo zagrał dobry mecz z Chorwacją, ale ma swoje ograniczenia,

a Hiszpanie, uważam, że już są gotowi. Jeśli trzeba przyspieszyć, to potrafią to zrobić. Prezentują niesamowitą piłkarską jakość. Oprócz Francji, która w pojedynku o ćwierćfinał pokonała Paragwaj, to najbardziej wyrównany zespół mistrzostw świata. Niespodziewanie sporo sił, by zagrać w ćwierćfinale musiała włożyć Argentyna, pokonując dopiero po dogrywce Republikę Zielonego Przylądka.

**Największe jak dotąd rozczarowanie mundialu?**

Turcja. Może nie spodziewałem się po tej drużynie nie wiadomo jak świetnych wyników, ale patrząc jak prezentowała się wcześniej, a także na to, że mają teraz generację młodych i zdolnych piłkarzy, to jest to na pewno największe rozczarowanie, jeśli chodzi o fazę grupową.

**Wielkie gwiazdy na mundialu nie zawodzą. Gole jak na zawołanie strzelają Messi, Ronaldo, Dembele, Mbappe, Haaland czy Kane.**

To jest niesamowite, że oni wszyscy biorą na siebie ciężar gry, pomimo że większość z nich ma za sobą ponad siedemdziesiąt meczów w zakończonym niedawno sezo-



Francja w 1/8 finału pokonała Paragwaj. W ćwierćfinale zmierzy się z czarnym koniem mundialu - Marokiem

nie. Wszyscy grają na bardzo wysokim poziomie. Świetnie ogląda się Kyliana Mbappe, Michaela Olise oraz Leo Messiego. Można powiedzieć, że są nie do zatrzymania. Do tego grona dorzuciłbym jeszcze Ousmane Dembele. Mało kroków na boisku robi co prawda Erling Haaland, ale jest niesamowicie skuteczny. W świetnej formie jest też Vinicius Junior.

**Dostrzega pan piłkarza, który dotąd nie był znany szerszej publiczności, a którego wartość rynkowa po mundialu pójdzie wyraźnie do góry?**

Nikogo takiego raczej nie wyślmy. Jest wiele zespołów i trudno wszystkich piłkarzy oglądać w akcji przez pełne dziewięćdziesiąt minut, ale jakiejś wielkiej gwiazdy poza tymi, które znamy, na razie nie udało się wykreować.

**Która drużyna pokazała do tej pory najlepszy futbol? Kto jest faworytem do zdobycia tytułu?**

Francja i Hiszpania to zespoły, które weszły na odpowiedni poziom, na który można było oczekiwać. Hiszpanie w spotkaniu z Austrią pokazali dużą jakość. Bardzo dobrze prezentuje się również Argentyna.

**Kto zostanie królem strzelców?**

Zapowiada się fantastyczny występ, ale ja postawię na Kyliana Mbappe, bo ma wokół siebie wielu kreatywnych piłkarzy.

**Nowa formuła mundialu z udziałem aż 48 reprezentacji przypadła panu do gustu?**

Wiele meczów nie było zbyt atrakcyjnych, emocji też było mało. Widać jednak, że te reprezentacje, które nigdy nie grały na mistrzostwach świata, albo były bardzo dawno temu, bardzo się tym mundialem delektują i zaprezentowały się nieźle. Mam tutaj na myśli chociażby Republikę Zielonego Przylądka, która tak dzielnie walczyła z Argentyną, czy Demokratyczną Republikę Konga, zatem aż tak źle też nie jest.

**Jak podoba się panu nowinki, jak chociażby dwie przerwy w meczu na nawadnianie?**

To ma swój sens, ale tylko wtedy, gdy tak jak spotkanie Argentyny z Republiką Zielonego Przylądka jest rozgrywane w temperaturze dochodzącej do niemal czterdziestu stopni. W momencie jednak, gdy jest dwadzieścia stopni, to bez sensu, bo to nie jest koszykówka. Widzimy reakcje kibiców, także sami zawodnicy nie są z tego zadowoleni, choć trenerzy mogą wtedy dokonać jakichś korekt.

**A w pełni okablowani sędziowie?**

Z jednej strony mamy sędziów, którzy mają na sobie wiele różnych urządzeń, a brakuje mi u nich takiego ludzkiego wyczucia, jeśli chodzi o podejmowanie decyzji. Coraz bardziej działają na zasadzie systemu i to jest chyba w tym wszystkim najgorsze. Nie może być też tak, że jeśli mamy do dyspozycji tak dużo technologii, to mimo wszystko zdarzają się sytuacje, że coś się zawiesiło jak w meczu Szwajcarii z Algierią, gdy chodziło o pozycję spaloną. To jest niedopuszczalne.

©©

# Każde zwycięstwo cieszy. Jagiellonia pokonała Pogoń Siedlce 4:1. Teraz czas na obóz w Austrii

Mariusz Klimaszewski  
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

**W drugim meczu sparingowym Jagiellonia Białystok pokonała Pogoń Siedlce 4:1. Żółto-Czerwoni dziś udają się już na zgrupowanie do Austrii. Podczas pobytu w Hopfgarten-Markt Jaga rozegra sparingi z: Polissią Żytomierz (9.07), FC Pafos (12.07), Spartą Praga (16.07) i FC Nordsjaelland (17.07).**

Mecz Jagiellonii z Pogonią Siedlce był jedyną okazją do zobaczenia Żółto-Czerwonych w akcji w okresie przygotowawczym przed nowym sezonem w Białymstoku. Pierwszy sparing z Kadrą Województwa (11:0) odbył się w Narewce, a pozostałe spotkania kontrolne rozegrane zostaną już na obozie w Austrii.

Mecz z Pogonią Siedlce odbył się na boisku przy ul. Elewatorskiej. I rozpoczął się od bramki zdobytej przez Pogoń. W 8 minucie, po kontrze, Cezary Demianiuk wyprowadził rywala na prowadzenie.

Jagiellonia jeszcze do przerwy odpowiedziała dwoma bramkami strzelonymi przez Yuki Kobayashiego. Najpierw Japończyk wykorzystał dośrodkowanie z rzutu różnego, a później z wyrzutu z autu.

Po zmianie stron w obu drużynach nastąpiły zmiany. Jagiellonia w 68 minucie podwyższyła po akcji Cezarego Polaka z Zacharym Zalewskim. Na dwie minuty przed końcem spotkania Sergio Lozano ustalił wynik spotkania na 4:1.

- Cieszę się, że wygraliśmy, to jest zawsze ważne. Fakt, że to mecz sparingowy, nie ma żadnego znaczenia. Były dziś dobre elementy, ale też zauważyliśmy elementy do skorygowania. Za mało było w nas konsekwencji działania, zbyt łatwo też straciliśmy bramkę. Taktycznie może nie, ale jeżeli chodzi o działania indywidualne można było spokojnie jej uniknąć. Do pierwszego meczu zostały trzy tygodnie. Każdy dzień będziemy chcieli wykorzystać maksymalnie - mówił po meczu trener Jagiellonii Adrian Siemieniuk.

- Tempo dzisiejszego spotkania, porównując do poprzedniego sparingu, z pewnością było o półkę wyżej. Poprzedzka również była postawiona wyżej jeżeli chodzi o przeciwnika, mierzyliśmy się z pierwszoligowym zespołem. Za nami też tydzień więcej przygotowań. Było widać, że niektórzy zawodnicy weszli już na wyższy poziom, jeżeli chodzi o intensywność gry - dodał szkoleniowiec.



**Obronca Jagiellonii Norbert Wojtuszek w ataku na bramkę Pogoni Siedlce**

**Jagiellonia Białystok - Pogoń Siedlce 4:1 (2:1). Bramki:** 0:1 Cezary Demianiuk 8, 1:1 Yuki Kobayashi 21, 2:1 Yuki Kobayashi 35, 3:1 Zachary Zalewski 68, 4:1 Sergio Lozano 88.  
**Jagiellonia Białystok: (I połowa)** Michał Perchel - Norbert Wojtuszek, Apóstolos Konstantópoulos, Yuki Kobayashi, Guilherme Montoia - Kamil Jóźwiak, Taras Romanczuk, Jesús Imaz, Dawid Drachal (29. Eryk Kozłowski), Kajetan Szmyt - Dimitris Rállis. **(II połowa):** Adrian Damasiewicz - Szymon Pankiewicz, Apóstolos Konstantópoulos (69. Adrian Duchnowski), Bartłomiej Krasiewicz, Guilherme Montoia (60. Cezary Polak) - Zachary Zalewski, Sergio Lozano, Eryk Kozłowski, Dawid Drachal (81. Pa-

wel Pakieła), Kamil Jóźwiak (69. Maksim Kononow) - Dimitris Rállis (60. Youssuf Sylla).  
**Pogoń Siedlce: (I połowa)** Jakub Lemano-wicz - Damian Jakubik, Przemysław Szur, zawodnik testowany, Krystian Miś - Cezary Demianiuk, Mateusz Kizyma, Bartłomiej Poczu-but, Damian Szuprytowski, Nikodem Zielonka - Maciej Rosolek. **(II połowa)** Jakub Lemano-wicz (70. Jakub Tomkiel) - Olaf Kozłowski, Damian Jakubik, Przemysław Szur, Sebastian Szczytniewski - zawodnik testowany, Mateusz Kizyma (70. Patryk Klimek), Bartłomiej Poczu-but (76. Cezary Demianiuk), zawodnik testowany, Nikodem Zielonka - Maciej Rosolek (82. Bolesław Świerczewski).



**Akcja Jagiellończyka Dawida Drachala w polu karnym Pogoni Siedlce**



**Przy piłce Guilherme Montoia. Jagiellonia pokonała Pogoń 4:1**

## Dwa brązowe medale Podlasian

Mariusz Klimaszewski  
mariusz.klimaszewski@polskapress.pl

**LEKKAOTLETYKA. Dwa brązowe medale wywalczyli młodzi lekkoatleci z Podlaskiego w 32. Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży będącej jednocześnie 58. PZLA Mistrzostwami Polski U18**

W Lublinie odbyła się 32. Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży - 58. PZLA Mistrzostwa Polski U18. Była to najważniejsza impreza sezonu dla lekkoatletów w kategorii U18, podczas której o medale mistrzostw kraju rywalizowali najlepsi zawodnicy z całej Polski.

Reprezentanci klubów z województwa podlaskiego zakończyli mistrzostwa z dwoma brązowymi medalami.

Pierwszy z nich wywalczyła Julia Jasielon (LUKS Hańcza Suwałki) w konkursie skoku wzwyż. Zawodniczka pokonała



**Brązowy medal w biegu 4x400 metrów wywalczyła sztafeta KS Prefbet Sonarol Łomża: Wojciech Podchul, Igor Kamiński, Franciszek Rybicki, Mateusz Bujno**

popręczkę zawieszoną na wysokości 172 cm, ustanawiając jednocześnie swój najlepszy wynik w sezonie.

Drugie miejsce na podium dla Podlasia zapewniła sztafeta KS Prefbet Sonarol Łomża w biegu

4x400 metrów mężczyzn. Zespół w składzie Wojciech Podchul, Igor Kamiński, Franciszek Rybicki i Mateusz Bujno uzyskał czas 3:22.64, zdobywając brązowy medal i ustanawiając najlepszy wynik sezonu.

## BAF Bonito bez licencji (na razie)

Wojciech Konończuk  
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

**FUTSAL. Komisja ds. Licencji Klubowych PZPN rozpatrzyła wnioski klubów I ligi o przyznanie licencji na sezon 2026/27. Z 22 ekip dwie otrzymały decyzję odmowną, w tym, BAF Bonito Białystok.**

- W przypadku klubu z Podlasia zabrakło całego szeregu dokumentów, łącznie z dowodem uiszczenia opłaty za wydanie licencji. To sprawia, że występ Białostoczan wydaje się zagrożony - czytamy w artykule na stronie futsal-polska.pl.

Działacze podlaskiego klubu zapewniają jednak, że nie ma powodu do niepokoju.

- Sytuacja jest pod kontrolą. Nie zdążyliśmy ze wszystkimi formalnościami, ale mieliśmy pięć dni na odwołanie i złożyliśmy je od razu. Byliśmy cały czas w kontakcie z komisją,



**Naszego zespołu nie zabraknie w I lidze - zapewniają działacze BAF Bonito Białystok**

uzupełniliśmy dokumentację i nie ma żadnego zagrożenia dla naszych występów w pierwszej lidze - mówi prezes BAF Bonito Białystok Filip Dojlida.

Drugim klubem, który nie otrzymał licencji jest Górnik Polkowice. Wśród zespołów, będących pewnych gry w I lidze, jest Futbalo Białystok. Li-

cencję warunkową z nadzorem administracyjnym otrzymały: Moravia Tompawek Obice, Polonia Bielany Wrocławskie.

Białostockie zespoły przygotowania do sezonu rozpoczną na początku sierpnia, a pierwsze mecze czekają je w drugiej połowie września.

Tenis Świątek skupia się na odzyskaniu formy

# MUSZĘ ODBUDOWAĆ SWÓJ TENIS



Iga Świątek: Trudno mi było znaleźć równowagę między szybkością a solidnością. Nie znalazłam jej i przegrałam

Agnieszka Bialik z Londynu  
redakcja@polskapress.pl

**Broniąca tytułu, rozstawiona w Wimbledonie z numerem trzecim, Iga Świątek, przegrała w 1/16 finału londyńskiego szlenu z 32. w światowym rankingu z Filipinką Alexandrą Ealą 6:7 (9-11), 2:6.**

**Jaki to był mecz z pani punktu widzenia?**

To był trudny mecz. Miałam wrażenie, że Alexandra grała odważniej w kluczowych momentach. W tie-breaku obie miałyśmy wiele szans, by wcześniej rozstrzygnąć seta na swoją korzyść, ale to nie poszło po mojej myśli. Mimo wszystko czuję, że zagrałam lepiej niż w Bad Homburg. Więc cóż, trzeba po prostu iść dalej.

**Jak trudne pod względem mentalnym jest podniesienie się w drugim secie po przegraniu tak zaciętego tie-breaka w pierwszej partii? Czy miało to duży wpływ na wynik?** Myślę, że trudniej było mi mentalnie pogodzić się z tymi nieudanymi returnami przy wolnych serwisach. Muszę przyznać, że znacznie trudniej jest odebrać taki serwis niż ten standardowy. Wiem, że był wolny. Dokładnie nie wiem, jak piłka do mnie leci. To zupełnie inny rytm niż ten, z którym zazwyczaj mam do czynienia przy returnie. Je-

śli chodzi o pierwszego seta - to była zacięta walka i wiem, że to trudne, gdy set trwa tak długo. Wiem, że jedna piłka w tę czy w tamtą stronę mogła wiele zmienić. Ale chciałam być w pełni obecna w drugim secie. Na początku popełniłam kilka niewymuszonych błędów. Potem miałam wrażenie, że ona serwuje coraz wolniej, a mnie coraz trudniej było te serwisy odbierać. To było dla mnie trudne do zaakceptowania.

**Porównując to do porażki w Paryżu - czy czuje pani, że zmagasz się z tym samym problemem? Czy czuje pani, że zrobiła jakiś postęp?**

Nie, nie sądzę, by to było to samo co w Paryżu. W Paryżu na pewno chodziło o to, że nie radziłam sobie dobrze z presją. Oddawałam strzały. Dziś chciałam być spokojniejsza i zagrać kilka piłek. Połowa tych returnów była niecelna. Straciłam wiele punktów. Może jak obejrzę mecz, zobaczę coś innego. Dla mnie dzisiaj chodziło bardziej o tenis. Cieszę się także, że wróciłam do gry w tie-breaku, a także po tym, jak przełamalam pierwszy set, bo czuję, że w Paryżu po prostu przegrałabym go w końcówce. Byłam tam, żeby walczyć. To nie wystarczyło. Na pewno mogłam zagrać trochę lepiej, ale ona też grała świetnie i wykorzystywała

swoje szanse i poszła na całość. W tie-breaku pamiętam, że było ciasno, pamiętam, że trochę zwolniłam, ale ona była na tyle odważna, żeby zagrać trochę szybciej. W Wimbledonie trzeba być odważnym, żeby wygrać te punkty. Ale muszę przyznać, że trudno mi było znaleźć równowagę między moją szybkością a solidnością. Nie znalazłam dziś tej równowagi i przegrałam.

**Świetnie budowała pani akcje, a problemem okazało się to ostatnie uderzenie...**

Tak, czasem tak bywało. Nie potrafię wyjaśnić tych uderzeń ramą rakiety przy wolejach z powietrza. Zazwyczaj gram je dobrze. No cóż... Takie rzeczy się zdarzają.

**Ostatnio mówiła pani, że jest zadowolona z procesu, jaki przechodzi, by odbudować formę. To dobra droga?**

Szczersze mówiąc, wyniki przestały mieć dla mnie znaczenie. Byłam na nich tak bardzo skupiona, że trudno było tak dalej funkcjonować. Dlatego naprawdę staram się po prostu odpuścić. Nie osiągam dobrych wyników, więc nie będę ich od siebie oczekiwać, skoro ich nie ma. Nie jestem jeszcze na tym poziomie. Muszę zacząć pracę od podstaw i po prostu spróbować odzyskać mój tenis. ©©

REKLAMA

0011549693

**Urząd Gminy Sokoły ul. Rynek Mickiewicza 10, 18-218 Sokoły informuje,**

że w budynku tutejszego urzędu wywieszono do publicznej wiadomości **wykaz nieruchomości:**

- przeznaczonych do zbycia w drodze zamiany: działka nr 98/1 o pow. 0,1753 ha na działkę nr 26/7 o pow. 0,1574 ha, obręb Roszki-Chrzczyony;
- przeznaczonych do zbycia w drodze zamiany: działka nr 98/2 o pow. 0,0186 ha na działkę nr 26/9 o pow. 0,0178 ha, obręb Roszki-Chrzczyony.

Bliższe informacje można uzyskać pod nr tel. (86) 476-30-10 wew. 320 oraz na stronie internetowej BIP Urzędu Gminy Sokoły.

REKLAMA

0011549703

## OGŁOSZENIE O ROZPOCZĘCIU KONSULTACJI SPOŁECZNYCH DOTYCZĄCYCH PROJEKTU PLANU OGÓLNEGO GMINY JAŚWIŁY

Na podstawie art. 13i ust. 3 pkt 8 oraz art. 8e, 8h, 8i, 8j ustawy z dnia 27 marca 2003 roku o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (j.t. Dz.U. z 2026 r. poz. 538) w związku z art. 52 ust. 3 ustawy z dnia 7 lipca 2023 roku o zmianie ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym oraz niektórych innych ustaw (j.t. Dz. U. z 2023 r. poz. 1688 z późn. zm.) oraz art. 39 ust. 1 pkt 2-5, w związku z art. 46 ust. 1 pkt 1 i art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 roku o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (j.t. Dz. U. z 2026 r. poz. 670) i w związku z Uchwałą Nr II/17/2024 Rady Gminy Jaświły z dnia 20 czerwca 2024 roku w sprawie przystąpienia do sporządzania planu ogólnego Gminy Jaświły.

**zawiadamiam**

**o rozpoczęciu konsultacji społecznych dotyczących projektu planu ogólnego Gminy Jaświły wraz z prognozą oddziaływania na środowisko.**

Projekt planu ogólnego wraz z prognozą oddziaływania na środowisko dostępny będzie na stronie internetowej urzędu: [www.jaswily.pl](http://www.jaswily.pl) w zakładce: ogłoszenia, obwieszczenia oraz w Biuletynie Informacji Publicznej: <https://bip-ugjaswily.podlaskie.eu/zagospodarowanie-przestrzenne/plan-ogolny-gminy/> w zakładce: Zagospodarowanie przestrzenne - Plan ogólny - Etap konsultacji społecznych oraz w siedzibie Urzędu Gminy Jaświły, Jaświły 7, pok. nr 2 przez cały okres trwania konsultacji społecznych.

Konsultacje społeczne prowadzone będą od 6 lipca do 2 sierpnia 2026 roku i zgodnie z art. 8i ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym obejmą: zbieranie uwag, spotkanie otwarte oraz wypełnianie ankiet.

Uwagi do projektu należy składać za pomocą formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego, wprowadzonego Rozporządzeniem Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13 listopada 2023 roku w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego (Dz. U. z 2023 r. poz. 2509), zamieszczonego na stronie internetowej urzędu: [www.jaswily.pl](http://www.jaswily.pl) w zakładce: ogłoszenia, obwieszczenia oraz w Biuletynie Informacji Publicznej: <https://bip-ugjaswily.podlaskie.eu/zagospodarowanie-przestrzenne/plan-ogolny-gminy/>, a także dostępnego w siedzibie Urzędu Gminy Jaświły.

Uwagi i ankiety na wyżej wskazanym formularzu należy składać:

- w formie papierowej na adres Urzędu Gminy (Urząd Gminy Jaświły, Jaświły 7, 19-124 JAŚWIŁY)
- w postaci elektronicznej - za pomocą poczty elektronicznej e-mail na adres: [gmina@jaswily.iap.pl](mailto:gmina@jaswily.iap.pl) (bez konieczności opatrzenia pisma kwalifikowanym podpisem elektronicznym) lub adres do e-Doręczeń: AE:PL-94754-41572-VHIAI-30 w nieprzekraczalnym terminie do dnia 2 sierpnia 2026 roku. Uwagi będzie można też składać, a ankiety wypełniać podczas spotkań konsultacyjnych.

Zgodnie z art. 8g ust. 2 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym składający uwagę podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej uwagą oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu, takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu.

**Spotkanie otwarte** poprzedzone prezentacją projektu aktu planowania przestrzennego dla wszystkich zainteresowanych odbędzie się w dniu 22 lipca 2026 roku o godz. 16:00 w siedzibie Urzędu Gminy Jaświły, Jaświły 7, 19-124 JAŚWIŁY-sala konferencyjna.

REKLAMA

0011550058

## OGŁOSZENIE

### WÓJT GMINY KRASNOPOL

Informuje, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy w Krasnopolu, ul. 1 Maja 14, 16-503 Krasnopol, oraz na stronie internetowej <https://krasnopol.bip.gov.pl/>, wywieszono wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży - Zarządzenie nr 230/2026 i 231/2026 z dnia 1 lipca 2026 r.

REKLAMA

0011550121

## INFORMACJA BURMISTRZA WASILKOWA

Na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz.U. z 2026 r., poz. 399) informuję, że na tablicy Urzędu Miejskiego w Wasilkowie oraz na stronie [www.bip.wasilkow.pl](http://www.bip.wasilkow.pl) umieszczono wykaz nieruchomości przeznaczonej do zbycia, oznaczonej numerem geodezyjnym 6064/4 o pow. 0,0361 ha, położonej w obrębie Wasilków, gm. Wasilków - przetarg nieograniczony.

## DROBNE

### Handlowe

KOLEKCJONERSTWO, SZTUKA

**MONETY** i banknoty całego świata, również wycofane z obiegu państw UE, monety PRL; biżuterię, złom złota, srebra. Kupujemy! Sprzedajesz monetę jako złom - przynieś do nas, może być cenna! Sklep Numizmatyczny "Suweryn" B-stok, Legionowa 9/1 lok.135.

### Praca

ZATRUDNIĘ

**FIRMA** zatrudni opiekunki do pracy w Niemczech, 790-480-590

**NA** pomocnika z mieszkaniem 509 986 080

### Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

**CIEKNAĆE** rynny, dachy, kominy, tarasy - naprawy, 797-513-715.

**CYKLINOWANIE** bezpyłowe, 506-786-678

**REMONTY** kompleksowo, łazienki, 606-221-885

INSTALACYJNE

**HYDRAULIK** - solidnie, tel. 668-18-36-66

**HYDRAULIKA**, elektryka kompleksowo 606-221-885

MONTAŻOWE

**OKNA**, drzwi - producent. Fachowy montaż, najtaniej - sprawdź, tel. 85/652-57-86, 514-505-507

PORZĄDKOWE

**PRANIE** tapicerki i dywanów. Czyszczenie u klienta. Tel. 518-786-343

### Turystyka

KRAJ - GÓRY

**Beskidy, turnus 7dniowy od 1050zł. Ful opcja, cisza, spokój, natura, miodowyraj.pl 501642492.**

**PROMOCJA** - pobyt - 95 zł ze śniadaniem. TYLICZ k/Krynicy G., pok. z łaz.+TV, bilard, parking, 730-007-166

### Różne

**ANTYKWARIAT** naukowy. Skup księgozbiorów. 506-105-002

**GOTÓWKA** za KSIĄŻKI,, 668-571-329

### Komunikaty

**BURMISTRZ** Czarnej Białostockiej informuje, iż w Urzędzie Miejskim w Czarnej Białostockiej został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy. kontakt tel. (085)-713-13-44, <https://bip-umczarnabialostocka.podlaskie.eu/>

# Moje życie zawsze w lipcu zwalnia, jest czas na celebrację lata

Agnieszka Kaczorowska na Instagramie Fot. Adam Jankowski



## Z ŻYCIA GWIAZD W TELEWIZJI

### Ewa Farna spacerowała z najbliższymi

Polsko-czeska piosenkarka znana jest z tego, że starannie chroni swoją prywatność, ale paparazzi i tak dopadli ją w Sopcach, gdzie odpoczywa z dziećmi i przyjaciółką. Z ich relacji wiemy, że Farna wybrała się do modnej restauracji, gdzie popijała zimne napoje. Potem cała czwórka wybrała się na spacer słynnym Monciakiem.



### Thelma i Louise

**TVP Kultura, 20:00**  
Pochodzące z małej miejscowości Thelma i Louise wspólnie wyjeżdżają na weekend. Gdy przygodnie poznany mężczyzna usiłuje zgwałcić Thelmę, Louise strzela do napastnika. Kobiety uciekają do Meksyku.

### Saga „Zmierzch” – Księżyc w nowiu

**TVN, 22:00**  
Bella nie może się pogodzić z tym, że się starzeje, a jej ukochany, jako wampir, nie. W dniu 18. urodzin Belli dochodzi do wydarzenia, po którym Edward wyjeżdża, zostawiając ukochaną. Zraniona dziewczyna popada w przygnębienie. Przyjaźń z Jacobem pomaga jej odzyskać równowagę.

### Ostatni lot: anatomia katastrofy

**National Geographic, 22:00**  
Byli śledczy NTSB wyjaśniają przyczyny wypadków, które miały miejsce w latach 2018 i 2019. W odstępie zaledwie pięciu miesięcy, rozbiły się dwa boeingi 737 MAX.

### Złoto dezerterów

**TVP 2, 22:55**  
Jesień 1942 roku. Wywiad AK ustala, że w jednym z łódzkich banków Niemcy przechowują ogromne ilości złota. Mogłoby ono wspomóc podziemie. Dowództwo chce zwerbować do współpracy doskonałego kasiera, który właśnie odsiaduje wyrok.



## KRZYŻÓWKA NR 101

### Poziomo:

- 3) przenośny odtwarzacz MP3,
- 6) zakonnik w klasztorze, mnich,
- 11) mowa środowiskowa, żargon,
- 12) mała izba w wiejskim domu,
- 13) w portfelu Brazylijki,
- 14) cząstka z elektronami,
- 15) rzeka w Saragossie,
- 16) ... Prost, francuski kierowca Formuły 1,
- 17) czekoladowa na torcie,
- 18) broń drzewcowa kozaków zaporoskich,
- 19) cukierek jak kosaciec,
- 21) film Sławomira Idziaka,
- 23) ... Bocelli, włoski śpiewak,
- 26) dzieło przyrody lub człowieka,
- 27) łowca bezpańskich psów, hycel,
- 30) sfilmowana powieść Aleksandra Dumasa,
- 31) fińska sauna lub rosyjska bania,
- 34) egzamin zdawany w maju,
- 38) laska w ekwipunku alpinisty,
- 39) często nie warta za wyprawkę,
- 40) najgrubszy palec u ręki,
- 41) ruchoma część puzonu,
- 42) tytuł Bobby'ego Fischera lub Garriego Kasparowa.

### Pionowo:

- 1) główny uczestnik corrido,
- 2) nałogowa gra w kasynie,
- 3) miejsce bitwy wojsk generała Prądzyńskiego w 1831 roku,
- 4) rowy na linii frontu,
- 5) wiekowy budynek mieszkalny,
- 6) gośne zakłócanie spokoju, awantury,
- 7) krzyk do podnoszenia,
- 8) rdza trawy żelazo, ... – serce,
- 9) górski żywioł,
- 10) internista lub pediatra,
- 20) wąska grządka kwiatowa,
- 22) holenderskie miasto nad Dolnym Renem,
- 24) drapieżny kuzyn łasicy,
- 25) szlachetna odmiana korundu,
- 28) „... Jabłoni”, zespół muzyczny,
- 29) doskonały mówca, orator,
- 31) ośła dla narciarzy-amatorów,
- 32) pod opieką kłaczy,
- 33) mieszkanka dawnej Persji,
- 35) płat blachy lub papieru,
- 36) hodowla pietruszki lub cebuli,
- 37) grecka bogini przeznaczenia, córka Hydrosa i Gai.



AUTOPROMOCJA 0110987265

**Tvoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem**

☎ 85 875 07 30

## ROZWIĄZANIE NR 100

S	C	A	R	L	E	T	T	■	■	P	U	S	Z	C	Z	Y	K
P	■	■	■	■	E	R	I	E	■	■	A	■	A	■	■	■	■
I	■	O	■	S	Z	O	K	■	■	S	K	I	P	■	■	■	O
S	E	N	A	T	■	P	A	T	R	O	L	■	A	N	I	O	N
E	■	A	■	W	■	O	■	R	■	O	■	S	■	A	■	O	
K	U	L	K	A	■	S	Z	A	M	A	N	■	Y	A	R	I	S
■	■	M	■	O	■	S	■	G	■	L	■	K	■	K	■	B	■
W	I	E	L	K	I	S	W	I	A	T	C	A	P	O	W	I	C
■	A	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
B	R	Z	A	N	A	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
I	■	N	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
C	H	A	D	E	K	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Y	■	W	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
K	U	C	Y	K	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
L	■	A	■	A	K	W	A	M	A	R	Y	N	A	■	■	■	■

## HOROSKOP

### Wodnik (20.01 - 18.02)

Dzień sprzyja odważnym decyzjom. Horoskop dzienny zapowiada, że jeśli zaufasz intuicji, pojawi się szansa na miłe zaskoczenie.

### Ryby (19.02 - 20.03)

Zachowaj spokój w rozmowach. Horoskop na dziś mówi, że cierpliwość pomoże rozwiązać drobne nieporozumienia i wzmacni relacje.

### Baran (21.03 - 19.04)

Nowe pomysły przyniosą inspirację. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi nie bać się zrobić pierwszego kroku ku swoim planom już dziś.

### Byk (20.04 - 20.05)

Bliscy okażą Ci wsparcie. Horoskop dzienny wróży, że przed tobą dobry moment na szczere rozmowy i zadbanie o domową atmosferę.

### Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś radzi wykorzystać okazję i pokazać swoje mocne strony z klasą.

### Rak (22.06 - 22.07)

Skup się na szczegółach, a unikniesz błędów. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że wieczór sprzyja odpoczynkowi i regeneracji sił.

### Lew (23.07 - 22.08)

Harmonia będzie dziś Twoim sprzymierzeńcem. Horoskop dzienny radzi szukać kompromisów. Zyskasz dzięki temu więcej, niż oczekujesz.

### Panna (22.08 - 22.09)

Emocje będą silne, lecz opamiętanie przyniesie najlepsze efekty. Horoskop na dziś podpowiada, by zaufać własnemu doświadczeniu.

### Waga (23.09 - 22.10)

Optymizm otworzy przed Tobą nowe możliwości. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że dobra wiadomość poprawi Ci humor.

### Skorpion (23.10 - 21.11)

Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop dzienny sugeruje nie odkładać ważnych spraw, bo los będzie Ci wyjątkowo sprzyjał.

### Strzelec (22.11 - 21.12)

Kreatywność pomoże znaleźć ciekawe rozwiązanie. Horoskop na dziś zapowiada, że spotkanie z kimś życiowym doda Ci energii.

### Koziorożec (22.12 - 19.01)

Wysłuchaj się w swoje potrzeby. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że chwila wyciszenia pozwoli odnaleźć równowagę i dobry nastrój.